
چگونه فرزندان
خود را درک کنیم؟

بسم الله الرحمن الرحیم

چگونه فرزندان خود را درک کنیم؟

نویسنده:

صمد شاه محمدپور

ناشر چاپی:

میراث انبیاء(ع)

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

چگونه فرزندان خود را درک کنیم؟

مشخصات کتاب

سرشناسه : شاه محمد پور، صمد، ۱۳۵۵ -

عنوان و نام پدیدآور : چگونه فرزندان خود را درک کنیم؟/صمد شاه محمدپور.

مشخصات نشر : قم: میراث انبیاء(ع)، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری : ۱۴۸ ص.

شابک : ۲۰۰۰۰۰ ریال:۹۷۸-۶۰۰-۹۸۵۳۸-۰-۹

وضعیت فهرست نویسی : فیپا

یادداشت : کتابنامه: ص. ۱۴۸.

موضوع : کودکان -- سرپرستی -- جنبه های روان شناسی

موضوع : Child rearing --Psychological aspects

موضوع : والدین و کودک-- جنبه های روان شناسی

موضوع : Parent and Child -- Psychological aspects

رده بندی کنگره : HQ۷۷۲/ش۲چ۸ ۱۳۹۶

رده بندی دیویی : ۶۱۸/۹۲۸۹

شماره کتابشناسی ملی : ۴۹۶۰۷۱۰

شماره تماس جهت سفارش کتاب:

۰۹۱۹۷۷۰۴۲۷۰

http://www.inraheroshan.ir

ص: ۱

اشاره

فهرست

بخش پنجم

سخن نویسنده

خواننده محترم؛ کتابی که پیش رو دارید، یک جلد از کتاب «چگونه فرزندان خود را درک کنیم؟» است.

نگارش کتاب حاضر به نحوی است که کاملاً ساده و کاربردی به موضوع یاد شده میپردازد و با ذکر مثال و ارائه پیشنهادات مختلف به والدین عزیز یاری می رساند.

البته لازم به ذکر است در تمام مراحل نگارش، جنسیت و مقاطع مختلف تحصیلی فرزندان در نظر گرفته شده است.

کتابهای این مجموعه برای استفاده والدین در جهت راهنمایی فرزندان از دوره ابتدایی تا انتهای دوره دبیرستان تهیه شده است.

البته کتابهای این مجموعه با وجود مشترک بودن جمعیت هدف، از نظر موضوع دارای مطالب مستقلی میباشند.

عناوین این کتابها عبارتند از:

– چگونه فرزندان خود را درک کنیم؟

– چگونه باورهای انسانی را در شخصیت فرزندانمان تثبیت و تقویت کنیم؟

– چگونه فرزندان متعادلی در دوران بلوغ داشته باشیم؟

ص: ۹

- چگونه فرزندان موفقی در تحصیل داشته باشیم؟

- چگونه فرزندان باهوش و خلاق داشته باشیم؟

- چگونه فرزندان باحیاء داشته باشیم؟

- خودآگاهی

شاید بتوان گفت این کتابها مجموعهای است آموزشی تا والدین ضمن فراگیری موضوعات مختلف از زندگی فرزندان و آشنایی با بخشهای متنوع آن، با مباحث مهم تربیت فرزند به نحو کاربردی نیز آشنا شوند.

موفقیت و سرافرازی همه ایرانیان عزیز، آرزوی من است.

ص: ۱۰

سپاس گزاری

نگارش و تدوین این مجموعه کتابها بدون کمک همکاران و دستیاران من انجام نمیشد.

از خانم عطیه سادات غفوری و فاطمه کرمی که سخنرانیهای مرا پیادهسازی نموده و مطالب را دسته بندی و با دقت نظر ویرایش کردند، بسیار متشکرم.

همچنین از خانم هانیه خزایی و نیلوفر سلیمانیزاده بابت آمادهسازی کتاب برای چاپ و طراحی آن سپاسگزارم.

از همسرم برای همه عشق و محبتی که نثار من کرد و در پیشبرد این مجموعه کتابها مشوق من بود؛ و از فرزنـدانم امیرحسـین و علی حسـین که انگیزه اصـلی من برای نگارش این کتابها بودنـد، متشـکرم. ایندو، بهانههای من برای جریان عشق در زندگی هستند.

شاه محمدپور

ص: ۱۱

چونکه با کودک سر و کارت فتاد

هم زبان کودکان باید گشاد

"مولانا"

ص: ۱۲

مقدمه

در عصر حاضر با نگاهی به روابط و تعاملات بین اعضاء خانواده این نکته مهم دریافت میشود که هرچه زمان میگذرد فاصله و اختلاف بین نسلها افزایش یافته و والدین از فضای فکری حاکم بر فرزندان بیش از پیش دور میشوند؛ بهنحوی که در ادبیات گفت وگوی بچهها با یکدیگر، والدین نسل گذشته خطاب میشوند و فرزندان تفاوتهای خود را با آنها زیاد میدانند. حتی پدر و مادرها نیز با یک توجه اجمالی، به واقعی بودن این فاصله و تفاوت بین خود و فرزندان پی میبرند.

البته فاصله و اختلاف فکر همیشه بین نسلها وجود داشته و امری طبیعی است؛ لیکن نگرانی اصلی این است که بیشتر شدن فاصله و تفاوت در چگونگی روابط خانوادگی منجر به کاهش درک افراد از یکدیگر میگردد.

کاهش درک متقابل در تعاملات اجتماعی مشکل آفرین بوده و موجب مشکلات بسیاری در ساحت خانواده و به تبع آن جامعه خواهد شد؛ البته بدیهی است کاهش یا از بین بردن اثرات منفی این فاصلهها نیز دشوار و گاه غیر ممکن مینماید.

بنابراین برای جلوگیری از به وجود آمدن مشکلات و معضلات گوناگون در

حوزه خانواده و جامعه، والدین باید بیاموزند که چگونه فرزندان را درک کنند تا از این رهگذر، روابط و تعاملات سالم و نتیجه بخش را شکل دهند و فاصله طبیعی بین نسلها از طریق اثرگذاری دو طرفه را ترمیم نمایند.

لذا از اینرو که خانواده اولین بستر آموزش، پرورش و تربیت هر کودکی محسوب میشود، پس توقع بیجایی نیست که سنگ بنای اولیه تمامی مسائل شناختی فرزند در این نهاد مهم شکل گرفته و مرحله به مرحله رشد و متعالی گردد.

بنابراین والدین متولیان اصلی این نهاد تربیت، یعنی خانواده هستند و بار تعلیم و تربیت فرزندان در خانواده بر دوش آنها خواهد بود؛ لذا والدین، برای پرورش فرزندانی سالم، آگاه، متعهد و مسئول در جامعه، ابتدا نیازمند برقراری ارتباط صحیح با آنها هستند که متأسفانه در بعضی مواقع وجود شکاف و فاصله عاطفی در بین اعضاء خانواده، مانع بزرگی در برقراری ارتباط مثبت بین آنها خواهد شد.

درک و رسیدن به فهم مشترک در بین اعضاء خانواده اولین و مهمترین گامی است که در برداشتن فاصله ها و موانع و پرداختن به امر تعلیم و تربیت فرزندان یاریرسان والدین خواهد شد؛ لذا والدین باید بدانند چگونه رفتار کنند تا همواره در حین تعامل با فرزندان خود آنها را بهتر و بیشتر درک نمایند و در امر آموزش و تربیت آنها در محیط خانواده موفق باشند.

البته ذکر این نکته ضروری است که منظور ما از تعاملات اعضاء خانواده در این مبحث عموماً تعاملات والدین با فرزندان است؛ لذا بدیهی است چگونگی، چرایی و محتوای این موضوع دارای اهمیت ویژهای بوده و اجرای صحیح آن نیز موجب هموار شدن مسیر تربیت و شکل گیری درک متقابل بین والد و فرزند خواهد شد.

بنابراین وجود درک صحیح از فضای احساسی و روحی فرزندان توسط پدر و مادر، به اجرای یک روش تربیتی صحیح در طول پرورش فرزند می انجامد؛ البته

بسیاری از والـدین دارای درک صـحیح و مشترکی با فرزنـد هسـتند؛ لیکن تلاش میکنند درک متقابل خود را افزایش دهند، گروه دیگری از والدین نیز اعتقادی به موضوعات تربیتی این چنینی نداشـته و سعی میکنند عمده مسائل تربیتی فرزند خود را از راه آموزش مستقیم پیگیری نمایند.

بنابراین روی سـخن با آن دسـته از والـدین است که میکوشـند تربیت فرزنـد خود را بهنحوی انجام دهنـد که او دچار هیجانات منفی از قبیل ناامیدی و اضـطراب نگردد و والدین نیز با آگاهی و صـمیمیت نسبت به تربیت او کوشا باشند. این والدین مسئول معمولاً سؤالات مهمی را در ذهن خود مرور می کنند از جمله اینکه:

 با وجود فاصله نسلها در روابط والدین و فرزندان، والدین چگونه میتوانند فرزندان را درک نمایند؟

 آیا درک کردن ابعاد گوناگونی دارد، یا نه فقط یک مفهوم کلی است؟

 آیا درک کردن فرزند، بدین معنا است که ما گذشته او را بهتر بشناسیم، یا نه کمک میکند نسبت به زندگی آینده او عملکرد بهتری داشته باشیم؟

 به طور کلی جایگاه درک در مسائل تربیتی کجاست و چه کاربردی دارد؟

 درک در چه شرایطی به تربیت فرزندان کمک میکند؟

 درک در ذهن کودکان چگونه تصور می شود؟

و ... .

والدین گرامی!

نوشتار حاضر درصدد پاسخگویی به این سؤالات و مجموع سؤالاتی از این دست در روابط والد-فرزند است. مطالعه مکتوب حاضر به شما کمک مینماید، بتوانید با زبان فرزندان با آنها صحبت کنید و نیز از دنیای آنها اطلاعات واقعی داشته باشید؛ در این نوشتار کوشیدهایم به زبان ساده و کاربردی مسیر تربیتی فرزندان را هموار و در امر پرورش و تربیت فرزندان کمک حال والدین باشیم.

بخش اول: ارتباط مؤثر و مبانی درک فرزند

ارتباط مؤثر و مبانی درک فرزند

خانواده اگرچه یک سازمان اجتماعی کوچک است اما مهمترین سلول سازنده اجتماع میباشد. ارتباطات اجتماعی بهمنزله زنده بودن اجتماع است و به تبع آن ارتباط درون خانوادگی نیز بهمعنای زنده بودن خانواده است که روابط اعضاء، به خصوص روابط والدین با فرزندان، مهمترین عنصر شکل دهنده ارتباط این سازمان است.

رشد مطلوب و سالم فرزندان در تمام ابعاد، مرهون ارتباط مؤثر و مطلوب والدین با فرزندان میباشد. تحلیل های نظری و تجربی بسیاری به ارتباط مؤثر والدین با فرزندان اختصاص یافته است و برای آن اهمیت و ارزش خاصی قائل شدهاند.

روابط والدین با فرزندان، مهمترین عنصر شکل دهنده ارتباط سازمان خانواده است.

از سوی دیگر، مطالعات و تحقیقات فراوانی نیز به اثرگذاری فرزند بر هر یک از والدین و دیگر اعضاء خانواده و یا بر کل خانواده به عنوان یک رابطه دو

ص: ۱۹

جانبه و تأثیر متقابل توجه داشتهاند، اما بررسی اصول روانشناختیِ ارتباط مؤثر و مطلوب والدین بر فرزندان، از مهمترین مسائل در حریم خانواده و سلامت روانی آن تلقی میگردد. لذا آگاهی و شناخت کافی و عمیق از این مؤلفهها میتواند ما را در پرورش شخصیت سالم فرزندان در خانواده یاری رساند و روشهای مناسب و مؤثر را برای چگونگی و نحوه ارتباط والدین با فرزندان بهدست دهد.

حال با توجه به توضیحات ارائه شده، با دقت به موضوع ارتباط والدین و فرزندان میپردازیم؛ البته بدیهی است برای درک بهتر و اشتراک در مفاهیم بین خواننده و نویسنده از تعاریف اولیه نیز بهره خواهیم برد؛ ابتدا به تعریف ارتباط و انواع آن خواهیم پرداخت.

ارتباط یعنی چه؟

ارتباط فرآیندی است که طی آن افکار، عقاید و احساسات یک فرد به فرد دیگر منتقل میشود.

ارتباط به معنی انتقال اطلاعات از یک شخص به شخص دیگر است، ارتباط فرآیندی است که طی آن افکار، عقاید و احساسات یک فرد به فرد دیگر منتقل میشود.

بنابر تعریف ارائه شده می توانیم چنین تصور نماییم که ارتباط الزاماً به معنی ارتباط کلامی نیست، بلکه میتواند ارتباط چشمی یا لمسی نیز باشد؛ پس ارتباط وقت و ابزار مشخصی نداشته و دائماً میتواند در جریان باشد، ضمناً این ارتباط میتواند آگاهانه و یا ناآگاهانه نیز صورت پذیرد.

البته همچنین می توانیم ارتباطات انسانی و خانوادگی را به چند دسته تقسیم نماییم؛ این تقسیم بندی میتواند در نوع و کیفیت ارتباط ما با اطرافیان خصوصاً

فرزندان تأثیر زیادی داشته باشد. به این دسته بندیها و توضیح هر یک توجه فرمایید.

ارتباطات غیر کلامی

اشاره

ارتباطات غیر کلامی عبارتند از رساندن پیام به گیرنده، بدون استفاده از کلمه و واژهها؛ در اینگونه ارتباط معنی کلام خود را توسط:

 تغییرات چهره

 تماس چشمی

 الگوی مو

 الگوی لباس

 استفاده از الگوها و سمبلها

بیان مینماییم؛ اگرچه ظاهراً هیچ کلامی رد و بدل نمیشود، اما معانی بسیاری ارسال شده و توسط فرد مقابل دریافت میگردد.

ارتباطات غیر کلامی عبارتند از رساندن پیام به گیرنده، بدون استفاده از کلمه و واژهها که معمولاً جنبه تأیید و یا نهی از یک رفتار را دارد.

در خصوص ارتباط والدین با فرزندان این ارتباط معمولاً جنبه تأیید و یا نهی از یک رفتار را دارد؛ چرا که والدین با تغییر چهره و گاهی با اشاره چشم نسبت به تأیید رفتار و گفتار فرزند خود اقدام مینمایند، گاهی نیز با تغییر چهره و یا اشاره او را از انجام کاری باز میدارند.

فرزندان نیز در بعضی مواقع با استفاده از الگوهای لباس یا تغییر الگوی موی خود و یا حتی استفاده از سمبل های خاصی، سعی در ایجاد ارتباط با والدین را

دارند؛ البته ارتباط غیر کلامی از سوی فرزندان جنبه تأیید یا نهی را نداشته بلکه مواردی همچون:

۱. اعتراض

۲. جلب توجه

۳. اظهار بزرگی

۴. اظهار استقلال

را شامل میشود؛ لـذا توجه والـدین به این نحوه ارتباط میتوانـد زمینهساز ارتباط سازنـده بین والـد و فرزنـد باشـد؛ با توجه به اهمیت موضوع ارتباطات غیر کلامی بهتر است هر کـدام از موارد یاد شده را به اختصار توضیح دهیم.

۱. اعتراض

گاهی فرزندان در اعتراض نسبت به گفتار یا رفتار والدین عکسالعملهای مختلفی از خود نشان میدهند؛ مثلاً موی خود را بهنحوی کوتاه میکنند که خلاف نظر والدین است، یا فرزندان دختر اقدام به رنگ نمودن مو کرده یا اینکه از گردن آویز یا لوازم زینتی استفاده مینمایند که والدین نسبت به آنها حساس بوده و آن را در شأن فرزند خود نمیدانند؛ البته این نحوه اعتراض فرزندان معمولاً بهدلیل عدم ارتباط صحیح بین والد و فرزند بهوجود میآید.

نحوه اعتراض فرزندان معمولاً بهدلیل عدم ارتباط صحیح بین والد و فرزند بهوجود میآید.

۲. جلب توجه

علاوه بر عوامل مثبت و تأثیرگذار بر بهبود روابط در ارتباطات درون خانوادگی، عواملی نیز وجود دارد که متأسفانه تأثیر نامطلوبی بر کیفیت ارتباط والدین و

فرزندان خواهد داشت؛ یکی از این عوامل بیتوجهی نسبت به فرزند است. کمتر دیده شدن آنها و گفت وگوی حداقلی با ایشان از مظاهر این بی توجهی است. کودکان و نوجوانان در کنار والدین احساس امنیت نموده و از طریق صحبت با آنها آرامش و قوت قلب مییابند.

بنابراین نتیجه بی توجهی به فرزندان موجب عدم ثبات خلقی آنها خواهد شد که عموماً در گفتار و رفتار او نیز کاملاً مشهود است؛ لذا بسیاری از بچه ها در اینگونه مواقع صرفاً بهدلیل جلب توجه والدین اقدام به رفتارهایی مینمایند تا بلکه توسط پدر یا مادر دیده شوند.

این اقدامات اگرچه در بعضی مواقع ممکن است نامناسب باشد اما دلیل آن صرفاً کوتاهی والدین در توجه به فرزندان است؛ لذا در صورت اصلاح رفتار والدین نسبت به آنها، رفتارهای او نیز تغییر خواهد کرد؛ به والدین عزیز توصیه میکنیم:

 فضای گفت وگوی همیشگی با فرزندان خود را حفظ نمایید.

 با مشاهده اینگونه رفتارها بلافاصله عکس العمل منفی از خود نشان ندهید.

بیتوجهی نسبت به فرزند تأثیر نامطلوبی بر کیفیت ارتباط والدین و فرزندان خواهد داشت.

۳. تمایل به بزرگ شدن

استفاده از الگوهای گوناگون مو و یا استفاده از لباسهای خاص، همیشه بهمعنای اعتراض یا جلبتوجه نیست؛ بلکه گاهی فرزندان با استفاده از این روشها تمایل خود را به بزرگ شدن نشان میدهند و دوست دارند اطرافیان آنها را بزرگسال ببینند.

این تمایلات در نحوه رفتار، پوشش و حتی اشارات بدنی آنها خود را نمایان

ص: ۲۳

میسازد. مثلاً گاهی فرزنـد برای نشان دادن رأی منفی خود، از بالا انداختن ابرو اسـتفاده میکند که البته این عمل نشانه بیادبی او نیست؛ بلکه دوست دارد مانند والدین خود رفتار نموده و گاهی نظر خود را اینگونه نشان دهد، بنابراین از هر ارتباط غیر کلامی که نشان دهنده بزرگسالی باشد استفاده مینماید. در این مواقع والدین میتوانند با گفت وگویی صـمیمی برای فرزند خویش توضـیح دهند که این رفتار خلاف ادب بوده و نبایـد با والـدین و افراد بزرگسال اینگونه صـحبت نمود؛ سـپس رفتارهای مثبت و صـحیح دوره بزرگسالی را به ایشان آموزش دهند. هرچه فضای گفت وگو صـمیمی باشد، فرزندان به گفت وگو با والدین ترغیب شده و به صحبت با آنها علاقه مند خواهند شد.

هرچه فضای گفت وگو صمیمی باشد، فرزندان به گفتوگو با والدین ترغیب شده و به صحبت با آنها علاقه مند خواهند شد.

۴. اظهار استقلال

ابراز اسـتقلال فردی، از جمله مواردی است که در طول عمر انسانها و در سـنین مختلف به صورت گوناگون ظاهر میشود. تمایل کودک خردسال به غـذا خوردن، آن هم بـدون کمک والدین، گرایش به استقلال است؛ لباس پوشیدن کودک آن هم به سختی، گرایش به استقلال است و همین طور حساسیت بر اسباب و وسایل اتاق و محدوده شخصی در دوره بلوغ نیز گرایش به استقلال است.

بنابراین ما والـدین از بـدو تولد تا زمانیکه آنها زندگی مشترک خود را آغاز نمایند، با این موضوع سـر و کار داریم، با فرزندان پسر به نحوی و با فرزندان دختر بهنحوی دیگ؛ خصوصاً فرزندان دختر در دوره نوجوانی عمدتاً استقلال خود را با موی سر شروع میکنند.

فرزندان دختر در دوره نوجوانی عمدتاً استقلال خود را با موی سر شروع میکنند.

ص: ۲۴

بنابراین استفاده از نمادها و یا رفتارهای غیر کلامی کودکان را میتوان به دلیل گرایش به استقلال فردی و اظهار استقلال آنها نیز قلمداد نمود. بر این اساس شایسته است والدین ضمن بررسی نکات قید شده از نحوه ارتباط صحیح خود با فرزندان نیز مطلع باشند. گاهی یک تشخیص اشتباه و عکس العمل نامناسب میتواند تنشهای جدی در نحوه ارتباط والد و فرزند به وجود آورد.

ارتباط کلامی

نوع دیگر ارتباط و البته اصلیترین نوع ارتباط، ارتباط کلامی است؛ ارتباط کلامی عبارت است از گفت وگوهایی که با دیگران انجام میدهیم؛ آنها ما را میبینند، صدای ما را میشنوند و معنای کلمات ما را دریافت می نمایند. گفت وگوهای خانوادگی، دوستانه، کاری، کلاس درس و سخنرانی، همه اینها ارتباط کلامی است.

اصلیترین نوع ارتباط، ارتباط کلامی است؛ ارتباط کلامی عبارت است از گفتوگوهایی که با دیگران انجام میدهیم.

از نظر عموم انسانها، ارتباط کلامی اصلیترین نوع ارتباط تلقی میشود؛ البته گفتوگوهای تلفنی نیز اگرچه بدون مشاهده طرفین صورت میگیرد اما ارتباط کلامی خوانده میشود، اما در این ارتباط ما علاوهبر کلمات، از لحن و نحوه خاصی از صدا نیز بهره میگیریم که بر شنونده تأثیر بهسزایی دارد.

گاهی اوقات این لحن و نحوه به کارگیری کلمه از معنی آن مهم تر است، لذا ما

والدین باید در گفت وگوهایی که با فرزندان انجام میدهیم به این نکته مهم توجه نماییم؛ گاهی بعضـی از جمله های ظاهراً ساده و معمولی ما ممکن است در مذاق فرزند طعم مسخره کردن داشته باشد یا اینکه یک تذکر ساده اما بی موقع بتواند نقش تحقیر او را ایفا نماید.

فرزنـدان غالباً به نحوه صـحبت والدین از نحوه به کارگیری کلمات آنها بیشتر اهمیت میدهند؛ البته در هنگام گفت وگوی دو طرفه، زبان بدن نیز تأثیر زیادی در فهم شـنونده از کلمات و جملات ما دارد؛ صمیمیتِ همراه با تماس پوستی با فرزند، میتواند بهترین نوع گفت وگوی والد و فرزند را شکل دهد.

صمیمیتِ همراه با تماس پوستی با فرزند، میتواند بهترین نوع گفت وگوی والد و فرزند را شکل دهد.

ارتباط نوشتاری

شایـد این ارتبـاط در انواع ارتباطـات بین والـدین و فرزنـدان به ظاهر رسـمی، نامأنوس و غیر ضـروری به نظر برسـد؛ اما گاهی این نوع ارتباط تأثیرات بسـیاری در بهبود رابطه ایفا مینمایـد. دریافت پیامک محبتآمیز از سـمت فرزنـدان و یا مشاهـده یادداشت پر مهر والـدین بسـیار خوشایند است؛ لذا ما والدین میتوانیم از این نحوه ارتباطی در جهت بهبود با آنها اسـتفاده نموده و بر پهنای راه ارتباطی بین خود و فرزندان بیفزاییم؛ یادداشتهای کوچک، پیامکهای کوتاه، استفاده از کارتهای زیبا همراه با نوشته و دستخط والدین نشان دهنده عمق علاقه والدین به فرزندان است.

ضمناً هر بار که فرزندان به متنها و نوشـته های ما مراجعه میکنند انرژی مضاعفی را دریافت نموده و در بسـیاری از مواقع این نوشته و یادداشتها میتواند سوء تفاهمات بین والد و فرزند را از بین ببرد. همه ما والدین می دانیم که کلمات

ص: ۲۶

دارای روح و البته قدرت زیادی هستند و تأثیر فراوانی بر گفتار و رفتار ما دارند؛ پس میتوان با این روش احساسات مثبت فراوانی را به فرزندان منتقل نمود.

والدین میتوانند از طریق ارتباط نوشتاری، احساسات مثبت فراوانی را به فرزندان منتقل نمایند.

ضمناً اظهار علاقه به فرزندان از طریق نوشتار و اهمیت بخشی مناسب به اینگونه از ارتباط میتواند در سبد تربیتی خانواده قرار گرفته و با این روش نیز به فرزندان ابراز محبت نمود.

تعامل یعنی چه؟

اشاره

با ارائه توضیحاتی چند در خصوص موضوع ارتباط، حال با مبحث تعامل آشنا میشویم؛ تعامل در لغت بهمعنای داد و ستد است، اما منظور ما از تعامل در ارتباط با فرزند تأثیرگذاری دو طرفه است؛ چرا که در بسیاری از موارد ارتباط میتواند یک طرفه و یک سویه باشد اما تعامل بهمعنی ارتباط دو سویه و تأثیرگذاری دو طرفه است.

البته در بحث ارتباط با فرزند عمده ارتباط از جنس تعامل میباشد، چرا که تربیت با ارتباط یک طرفه امکانپذیر نیست و باید شرایط و موقعیت متربّی (فرزند) نیز در نظر گرفته شود؛ لذا پیشنهاد میکنیم که در تمام متن این کتاب هر کجا واژه ارتباط را مشاهده نمودید در ذهن خود آن را با واژه تعامل جایگزین نمایید.

منظور از تعامل در ارتباط با فرزند، رابطه دو سویه و تأثیرگذاری دو طرفه است.

ص: ۲۷

نکته!!

شایـد بعضـی از والـدین چنین تصور نماینـد که تعامل با فرزنـد بهمعنی این است که رفتارهای والدین عمدتاً انفعالی است و همیشه نتیجه عمل فرزندان را با عکسالعمل نشان میدهد. لذا با این تصور غلط، مسیر رابطه با فرزنـدان را یک طرفه پنداشـته و قـدم در این راه میگذارند؛ البته فینفسه این برداشت هم درست و هم غلط است! درست است به این دلیل که رفتارهای تربیتی والدین در بسیاری موضوعات نتیجه گفتار و رفتارهای فرزندان است و والدین قطعاً نمیتوانند به این گفتار و رفتار بی اهمیت و بیتوجه باشـند؛ بنابراین طبیعی است که از خود عکس العمل مناسب نشان دهند؛ مثلاً کودک یا نوجوانی که در مدرسه یا جمع فامیل و دوستان رفتار بسیار شایستهای از خود بروز داده و موجب خرسندی والدین گشته، طبیعی است که با تشویق و تحسین آنها روبهرو شود.

لـذا این نوع تعامل قطعاً در بخش عکسالعملهای والـدین قرار میگیرد؛ اما رفتارهایی نیز وجود دارد که والـدین شـروع کننده آن بوده و موجب عکس العمل فرزندان میشوند، یعنی اصالت تعامل در اینگونه روابط از سمت والدین تعریف میشود.

مثلاً پدر خانواده از فرزندان میخواهد بهدلیل بیماری مادر، لازم است تا ایشان استراحت نماید و از فرزندان تقاضا میکند تا با کمک یکدیگر غذا تهیه کرده و محیط خانه را نیز تمیز و مرتب نمایند.

این خواسـته پدر با عکسالعمل مناسب فرزندان روبه رو شده و آنها را با وضعیت جدید آشنا میسازد که بتوانند در خدمت والدین خویش باشند. بنابراین بسته به اینکه چگونه از تعاملات والدین و فرزندان استفاده میکنیم، میتوانیم این تعاملات را مثبت یا منفی ارزیابی نماییم.

اصولاً رابطه و تعامل با فرزند مبنای شروع هر اقدام تربیتی است؛ والدینی که تعامل مناسبی را با فرزندان خود دارا نیستند عملاً مسیر تربیتی مؤثری نیز با

آنها نخواهند داشت. در صورت تعامل مناسب، والدین از تربیت فرزندان لذت میبرند، فرزندان نیز دارای اعتمادبهنفس خواهند شد و هر دو طرف احترام لازم را از این ارتباط دریافت خواهند نمود.

رابطه و تعامل با فرزند مبنای شروع هر اقدام تربیتی است.

با توجه به اهمیت این موضوع لازم است به نکاتی اشاره شود که موجب تقویت این تعاملات و ارتباطات درون خانوادگی میگردد:

 در زمان گفت وگوی فرزند با شما، همیشه توجه خود را به فرزند معطوف کنید و به کلمات و لحن صحبت او دقت نمایید.

 کمک خواهی فرزند را بلافاصله پاسخ دهید و نسبت به او بیتوجه نباشید؛ فرزندان در همه حال باید احساس کنند که والدین بهترین و مورد اعتمادترین پشتوانه آنها هستند.

 نصیحتها و گفت وگوهایی که ممکن است برای فرزند جنبه تذکر داشته باشد را به صورت دو نفره انجام داده و از بیان آن در حضور جمع خودداری نمایید.

 والدین گرامی: در زمان عصبانیت، ناراحتی و موقع صرف غذا زمان مناسبی برای تربیت فرزندان نبوده و آن را به موقعیت دیگری موکول نمایید.

کمک خواهی فرزند را بلافاصله پاسخ دهید و نسبت به او بی توجه نباشید.

 تلاش نمایید در هر حال با فرزندان صمیمی باشید و اجازه دهید بهترین

خاطرات را با پدر و مادر خود داشته باشند.

 درگفتوگو با فرزندان از تهدید استفاده نکنید؛ بلکه نتایج گفتار و رفتار آنها را برای فرزندان به صورت واقعی توضیح داده و شفاف سازی نمایید.

درگفتوگو با فرزندان از تهدید استفاده نکنید؛ بلکه نتایج گفتار و رفتار آنها را برای فرزندان به صورت واقعی توضیح دهید.

و این فرموده سعدی شیرازی را سرلوحه گفتوگوها و تعاملات خود با اطرافیان، خصوصاً فرزندان قرار میدهیم:

اگر تند باشی به یک بار و تیز جهان از تو گیرند راه گریز

نه کوتاه دستی و بیچارگی نه زجر و تطاول به یک بارگی(۱)

والدین گرامی!

حال که با بعضی از تعاریف و جوانب ارتباط والد و فرزند آشنا شدید، لازم است در خصوص مؤلفه های اصلی روانشناسی ارتباط والد و فرزند نیز توضیحاتی داده شود.

۱. نگرش

شاید اولین و مهمترین مؤلفه روانشناختیِ ارتباط مؤثر والدین با فرزندان در حریم خانواده، نوع نگرش والدین به جهان و انسان است؛ لذا ضروری است در ابتدای بحث به بررسی واژه نگرش بپردازیم.

تعریف نگرش: نگرش عبارت است از یک روش نسبتاً ثابت در فکر،

۱- بوستان سعدی

احساس و رفتار نسبت به افراد، گروهها و موضوعهای اجتماعی یا قدری وسیعتر، در محیط فرد. مؤلفه های نگرش نیز عبارتند از: افکار و عقاید، احساسات یا عواطف و تمایلات رفتاری؛ بنابراین همانگونه که محققان نیز گفتهاند؛ میتوان برای نگرش سه بعد شناختی، عاطفی و رفتاری در نظر گرفت.

نگرش در واقع نوع و چگونگی تعامل ما با جهان اطراف است؛ نگرش ما به جهان اطراف هرچه باشد دارای هماهنگی در افکار، گفتار و رفتار ما نیز خواهد بود، لذا میتوان گفت مؤلفه های نگرش با یکدیگر در تعامل بوده و اثرپذیری متقابل دارند.

نگرش در واقع نوع و چگونگی تعامل ما با جهان اطراف است.

مؤلفه های هر نگرش با یکدیگر تناسب سطح دارند؛ یعنی وقتی بُعد شناختی نگرش، عمیق، ریشهدار و وابسته به ارزشهای مهم باشد، به همان نسبت بُعد عاطفی آن نیز محکم و ریشه دار بوده و به تبع آن، آمادگی روانی فرد برای رفتار مناسب نیز بیشتر است.

همچنین نگرش از ویژگیهای اصلی و فرعی برخوردار است؛ البته نگرشهای اصلی بر نگرشهای فرعی تأثیر مستقیم دارند و بیشتر درونی شدهاند (قسمتی از شخصیت شده اند) وکمتر به موقعیتها و شرایط خارجی وابستهاند؛ اما نگرشهای فرعی هر قدر بیشتر فرعی باشند، وابستگی بیشتری به شرایط محیطی دارند.

ما ابتدا نسبت به موضوعی شناخت پیدا کرده و سپس نسبت به آنچه شناخته ایم، جهت گیری عاطفی و انگیزشی اتخاذ میکنیم و در نهایت، بر اساس آن شناخت و انگیزش کیفیت رفتار خود را تعیین می نماییم.

ص: ۳۱

مثلاً اگر ایمان یک نگرش اصلی تلقّی شود، میتوان در پرتو یک تحلیل عقلی آن را یک حالتی روانی دانست که در هر انسانی ممکن است ایجاد شود و دارای سه مؤلفه "عقیده و شناخت"، "علاقه قلبی و عاطفی" و "رفتار ظاهری" میباشد.

در واقع، ما ابتدا نسبت به موضوعی شناخت پیدا کرده و سپس نسبت به آنچه شناختهایم، جهت گیری عاطفی و انگیزشی اتخاذ میکنیم و در نهایت، بر اساس آن شناخت و انگیزش کیفیت رفتار خود را تعیین مینماییم.

البته بدیهی است ایمان به خدا به عنوان یک نگرش اصلی بر زندگی خانوادگی و ارتباط اعضاء خانواده و از جمله ارتباط والدین با فرزندان، مؤثر است و آن را میتوان بهعنوان یک مبنای روانشناختی برای ارتباط مؤثر مطرح ساخت.

کسانی که معتقدند پدر یا مادر شدن یک مسئولیت الهی یا امری مقدس است در ایجاد ارتباط و حفظ آن به شکل مطلوب و مؤثر نقش فراوانی دارند؛ زیرا ارزش یک امر قدسی (پدر و مادر) فراتر از امور عادی و مادی است و همچون دیگر امور مقدس و معنوی تناسب بیشتری با بعد اصیل انسان پیدا میکند؛ شاید به همین دلیل باشد که در تعالیم الهی بر مسئولیت والدین در برابر فرزندان و تقدس و ارزش معنوی آن بسیار تأکید شده است و والدین را به محبت کردن و مورد رحمت قرار دادن فرزندان توصیه مینمایند.

در مقابل، کسانی که فرزند را به عنوان امری مزاحم در زندگی میدانند و نگرش منفی به فرزند دارند، هرگز نمیتوانند با روش محبت آمیزی ــ که یکی از نیازهای اساسی، نیاز به محبت است ــ با فرزند خود برخورد نمایند، چه رسد به اینکه بخواهند رابطه مؤثر و مطلوبی با وی داشته و در تربیت او موفق باشند.

به طور کلی، آنچه در ارتباط بین فردی نقش عمدهای ایفا میکند و میتواند تسهیل کننده تأثیرگذاری مطلوب والدین نسبت به فرزند باشد، نگرش مثبت والدین نسبت به فرزند است. بدین معنا که فرزند را هدیه و امانت الهی در نظر گرفته و به صرف انسان بودن باید او را تکریم نمود و حتی در مورد فرزندانِ مقاوم

در مقابل تربیت نیز، بدون توجه به مشکلات و رفتارهای ناهنجار وی، او را با نگاه مثبتی در نظر گرفته و بهعنوان انسانی که دارای همه گونه توانایی و قابلیتهای بالقوه است، نگریست و توجه نمود.

بدیهی است با این نوع نگرش میتوان به او امکان داد تا آنچه هست باشد و احساسات واقعی خویش را بیان و ابراز نماید. در حقیقت، نگرش مثبت به فرزند شامل یک نوع عشق و علاقه انسانی به او است؛ عشق توأم با احترام.

۲. دلبستگی

دیگر مؤلفه روانشناختیِ ارتباط مؤثر والدین و فرزندان، دلبستگی است؛ برخی محققین و پژوهشگران حوزه علوم انسانی دلبستگی را آغاز محبت و رابطه عاطفی بین والدین و فرزندان تلقی کردهاند. آنها عقیده دارند:

دلبستگی آغاز محبت و رابطه عاطفی بین والدین و فرزندان تلقی میگردد.

هر نوزاد با طیفی از رفتارها به دنیا پا میگذارد و رابطه دلبستگی عمیقی را با والدین خود گسترش میدهد. آنها معتقدند دلبستگی را میتوان بهعنوان یک رابطه فعال، عمیق و پایدار عاطفی بین کودک و والدین تعریف کرد؛ در مطالعه رفتار دلبستگی میتوان آن را آغاز رابطه عاطفی فرزند با والدین تلقی نمود.

برخی پژوهشگران نیز از دیدگاه زیستی یا فطری طرفداری میکنند و به عبارت دیگر، به مبنای زیستی یا فطری برای رابطه مثبت و مؤثر والدین و فرزندان معتقد هستند؛ پژوهشگرانی که از این دیدگاه طرفداری مینمایند، به بررسیهای "جان بالبی"(۱) استناد می کنند.

۱- روانشناس انگلیسی ۱۹۰۷-۱۹۹۰john bowiby

"بالبی" معتقد بود که نوزادان در هنگام تولد از لحاظ زیست شناختی به رفتارهای کلامی و غیر کلامی (مانند گریه کردن، چسبیدن و لبخند زدن) و به رفتارهای دنباله روی (مانند خزیدن یا راه رفتن بهدنبال مراقب اولیه) که پاسخ عاطفی غریزی معینی را در مراقب فرا میخواند، مجهز هستند. این استدلال زیست شناختی همچنین، به وسیله بررسیهای "کنراد لورنز"(۱) درباره نقش پذیری مورد حمایت قرار گرفت؛ مثلاً پژوهشهای "لورنز" نشان میدهد که جوجه اردکها چگونه به اولین شیء متحرکی که در طی یک دوره بحرانی معین در رشد خود میبینند، وابسته میشوند و سپس بهدنبال آن راه میافتند.

دو پژوهشگر به نامهای "هری هارلو"(۲) و "رابرت زیمرمن"(۳) با تحقیقات خود در بعضی از حیوانات به نتایج جالبی دست یافتند و در پاسخ به این پرسش که آیا آرامش و آسودگی نوزادان به عواملی از قبیل تغذیه یا تماس بستگی دارد یا خیر، به این نتیجه رسیدند که: «آرامش حاصل از تماس جسمانی در مقایسه با تغذیه، مهمترین عامل تعیین کننده دلبستگی نوزادان به مراقب اولیه است.»

آرامش حاصل از تماس جسمانی در مقایسه با تغذیه، مهمترین عامل تعیین کننده دلبستگی نوزادان به مراقب اولیه است.

همچنین "هارلو" بر اساس نتایج و یافته های تحقیق خود در حیوانات نتیجه گرفت: «چیزی که او آن را آرامش ناشی از تماس مینامید»؛ یعنی احساس آسودگی لذتبخش که بهوسیله یک مادر نوازشگر فراهم میشود، یک عامل تعیین کننده قوی در دلبستگی است و رضامندی ناشی از نیازهای اولیه دیگر، مانند

۱- جانورشناس اتریشی ۱۹۸۹-۱۹۰۳ (Konrad Lorenz)

۲- روانشناس آمریکایی ۱۹۸۱-۱۹۰۵ (Harry Harlow)

۳- روانشناس آمریکایی ۱۹۵۹ (Robert Zimmerman)

غذا دراین زمینه تبیین کافی و مناسبی را فراهم نمیکند، بهعبارت سادهتر نوازش نوزاد توسط مادر، احساس دلبستگی نوزاد به مادر را افزایش میدهد و تأثیر آن از شیر دادن به او بیشتر است.

بنابراین بدیهی است آرامش ناشی از تماس بین مادران و نوزادان انسان نیز، مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته و بررسی های انجام شده دراین زمینه آن را تأیید مینماید. بر این اساس برخی پژوهشگران معتقدند تماس جسمانی بلافاصله پس از تولد، یک بخش اساسی و مهم از پیوند عاطفی اولیه بین مادر و فرزند است.

نوازش نوزاد توسط مادر، احساس دلبستگی نوزاد به مادر را افزایش میدهد و تأثیر آن از شیر دادن به او بیشتر است.

لذا مادران سراسر جهان، همراه با تماس پوستی مکرر اطفال خود را نیز به دفعات می بوسند و نوازش می کنند، برای آنها آرامش فراهم نموده و بیشتر به آنها واکنش نشان میدهند.

البته گرچه گروهی از روانشناسان بحث دلبستگی را در محدوده کودک (به ویژه نوزادی) و روابط آن با مراقب (مادر و پدر) مطرح کردهاند، ولی این دلبستگی در سالهای دیگر عمر نیز وجود دارد و تأثیرات آن نیز سرنوشتساز است؛ همچنین تمام پژوهشها در زمینه دلبستگی، متمرکز بر مادران و اطفال آنها بوده، ولی مسلم است که نتایج پژوهشها در مورد پدران و سایر مراقبت کنندگان اولیه نیز کم و بیش صادق است.

در بعد دیگر بحث دلبستگی نیز بعضی از نظریه پردازان حوزه روانشناسی در دهه های اخیر، بیشتر بر روابط کودک-مراقب تأکید ورزیده و کنشهای متقابل آن را اساس عمده ریشه عاطفی و شناختی قلمداد کرده اند؛ این نظریه پردازان تمام توجه خود را به روابط مادر و کودک معطوف داشته، و مادر را به عنوان کسی که

توجه، مراقبت و احساس امنیت یا عدم امنیت به کودک می دهد شناخته اند.

دلبستگی از عوامل بسیار مهم در رشد عاطفی کودک، مادر و سایر مراقبان او بوده و کیفیت دلبستگی است که روابط کودک را در جامعه بزرگتر فردا رقم میزند و البته کودک این رابطه با والدین را بعدها نیز حفظ خواهد کرد تا عملکرد خود را با رفتار والدین محبوبش تطبیق دهد؛ لذا دلبستگی میتواند زمینه لازم برای تأثیر مثبت والدین بر فرزندان را فراهم نماید و فرزندان را بهسوی تطبیق رفتار خود با والدین تشویق و ترغیب نماید و مبنای رفتارشان را میتوان در میزان و چگونگی دلبستگی آنها به والدینشان مشاهده کرد، به عنوان نمونه از یک جامعه انسانی به مطلب ذیل توجه فرمایید:

مادران ژاپنی وظیفه خود میدانند که کودک را وابسته به خانواده و وفادار به خود و اعضاء خانواده بار آورند.

مادران ژاپنی وظیفه خود میدانند که کودک را وابسته به خانواده و وفادار به خود و اعضاء خانواده بار آورند؛ بنابراین، فرزندانشان را غالباً نزد خود نگهداری میکنند و هرگاه کودک گریه کند او را به خوبی ساکت میکنند. بههمین سبب، کودکان نسبت به خانواده وابسته تر و علاقه مندتر هستند و در مجموع، گسستگی از زندگی در آنها دیده نمی شود.

با پرورش دلبستگی زمینه جذب افراد و تأثیرگذاری والدین بر فرزندان فراهم میگردد.

با آنچه بیان شد، میتوان چنین نتیجه گرفت که با پرورش دلبستگی زمینه جذب افراد و تأثیرگذاری والدین بر فرزندان فراهم می گردد.

ص: ۳۶

بنابراین، دلبستگی در کودکی میتواند پایه ارتباط مطلوب والدین با فرزندان در دورههای بعدی باشد؛ زیرا در ابتدا کودک به این علت بهسمت والدین متمایل میشود که آنها مهمترین، قابل اعتمادترین و پایدارترین منابع او محسوب میگردند و زمینه ارتباط مؤثر والدین و فرزندان را ایجاد می نمایند.

والدین گرامی!

دلبستگی از جمله ویژگیهای قابل توجه در کودکان است که والدین عزیز نباید آن را از نظر دور دارند؛ دلبستگی به پدر و مادر و پدربزرگ و مادربزرگ از اولین نشانه های بروز این حس در آنها است که به مرور زمان و با افزایش سن، دایره موضوعات آن نیز گستردهتر میشود. آگاهی از تمامی دلبستگیهای فرزندان از جمله وظایفی است که هرگز نباید مورد غفلت پدر و مادر قرار گیرد.

والدین نباید از دلبستگیهای فرزند به عنوان حربهای برای محروم کردن آنها از بعضی امکانات و شرایط که به آن دلبسته هستند استفاده نمایند.

همچنین تأکید میشود که والدین نباید نسبت به دلبستگی های فرزند خود بیتوجه باشند یا از آنها به عنوان حربهای برای محروم کردن فرزندان از بعضی امکانات و شرایط که به آن دلبسته هستند استفاده نمایند.

حداکثر بهرهای که میتوان در برخوردهای تربیتی والدین با فرزندان از دلبستگی برد، به عنوان ابزاری برای ایجاد محدودیت طی زمان خاصی است. البته والدین باید همیشه به خاطر داشته باشند که تحت فشار قرار دادن فرزندان به وسیله آنچه که او به آنها دلبستگی دارد، خطای بزرگ تربیتی محسوب میگردد.

والدین گرامی لطفاً به این معادل سازی توجه نمایید: تمامی انسانها

ص: ۳۷

دلبستگی هایی دارنـد که برای آنها عزیز و قابل احترام است. یک انسان بالغ در شـرایطی که به فرد عزیزی در زنـدگی او توهین شود، برافروخته شـده طبیعتاً در آن شـرایط رفتاری از خود بروز میدهد که نشأت گرفته از غریزه او بوده و قطعاً رفتاری عقلانی نخواهد بود.

حال بایـد تصور نمود که پـدر و مادر نیز با به بازی گرفتن دلبسـتگیهای فرزنـد، عکسالعملی بهمراتب شدیـدتر از عکسالعمل یک انسان بالغ از آنها مشاهده خواهند نمود. به همین دلیل بسـیار حائز اهمیت است که والدین گرامی از دلبستگی های فرزندان خود مطلع باشند و آنگاه تا حد ممکن به قصد تنبیه وارد حوزه دلبستگیهای فرزندان نشوند.

بدیهی است عدم توجه والدین به این نکته و استفاده از دلبستگی های کودک و نوجوان، بهعنوان ابزار تنبیهی، در نهایت منجر به شکل گیری حس تنفر در احساسات فرزند نسبت به والدین میشود و مسأله هنگامی دشوارتر خواهـد شـد که این شـرایط ادامه یافته و با گـذشت زمان فرزنـد از احساسات خود نیز متنفر خواهد شد؛ چرا که با خود میاندیشد چرا نسـبت به والدین حس تنفر دارد؟ پس احساس گناه میکند.

۳. همدلی

همدلی عبارت است از اجتناب از داوری در باب احساسات دیگران و در مقابل، کوشش برای درک این احساسات از دید آنها است.

دیگر مؤلفه روانشناختیِ ارتباط مؤثر والدین و فرزندان، فرآیند همدلی است؛ همدلی مفهوم مهمی در حوزه روانشناسی و ارتباط بین فردی است؛ در آثار "کارل

راجرز"(۱) مفهوم همـدلی به بهترین وجه توصیف شـده است و آن را طوری در نظر گرفته که به آسانی در ارتباط بین والدین با فرزندان قابل استفاده است. به گفته "راجرز" «همدلی فرآیندی است که متضـمن حساس بودن نسبت بر احساسات متغیر دیگر افراد و پیونـد عاطفی با آنهاست. همدلی متضـمن فرآیندی برای مدت زمانی در زندگی دیگران زیستن است، و همچنین وارد دنیای ادراکی دیگری شدن، همدلی وقایع را از دید دیگران نگریستن است. همدلی عبارت است از اجتناب از داوری در باب احساسات دیگران و در مقابل، کوشش برای درک این احساسات از دید آنها است.»

والدین گرامی!

همدلی لزوماً مستلزم آن است که فرزند بداند والدین او را درک کردهاند؛ چنین ارتباطی فراتر از آن است که صرفاً بگوییم "من احساس شما را درک میکنم." برای همدلی ابتدا باید تجربه عاطفی فرزند را دقیقاً درک کرد و سپس آنچه را والدین فهمیده اند در قالب کلمات یا اشارات به فرزند منتقل نمایند. طبیعی است که ارتباط غیرکلامی (از قبل نوازش و در آغوش کشیدن) در ارتباط والدین با فرزند نقش مهمی ایفا میکند.

همـدلی غیر از همـدردی است؛ همـدردی، نگرانی، تـأسف یا ترحمی است که شـخص ممکن است نسبت به دیگری احساس کنـد یا نشان دهـد، اما همـدلی عبارت است از کوشـش برای هماحساسـی با دیگری برای درک احساسات وی از دیدگاه خود او؛ همدلی مشارکت در احساس دیگران است، نه اظهار احساسات خود.

ص: ۳۹

۱- روانشناس آمریکایی ۱۹۰۲-۱۹۸۷) Carl Rogers)

همدلی مشارکت در احساس دیگران است، نه اظهار احساسات خود.

بدون شک، همدلی نیازمند تلاشهای متعدد و دقیقی است؛ و همچنین ایجاد و رشد همدلی نیازمند تلاش در سه بعد مهم شناختی، عاطفی و ارتباط با فرزند است. چرا که:

۱. مؤلفه شناختی همدلی، والدین را ملزم میسازد که رفتار فرزند را دقیقاً مشاهده نموده و از معنای مشاهدات خود آگاهی یابد.

۲. مؤلفه عاطفی همدلی، نیازمند حساسیت به احساسات فرزند و گوش دادن به گفتههای او درباره احساسات خویش است. این احساسات در قالب کلام، حرکات و یا اعمال فرزند جلوهگر میشود؛ این مؤلفه ها نیازمند هماهنگی دریافتهای والدین از عواطف فرزند با رفتارهای او است.

۳. مؤلفه ارتباط همدلی، متمرکز بر انتقال این نکته به فرزند است که والدین او را درک کرده، حقایقی درباره تجارب و رفتارهای فرزند میدانند و احساسات کنونی او را دقیقاً درک مینمایند؛ به عبارت دیگر، همدلی مستلزم آن است که بهنحوی به فرزند منتقل شود که والدین تو را می فهمند!

برای همدلی میتوان تأثیرات زیر را در زمینه ارتباط مؤثر والدین و فرزندان بر شمرد:

 همدلی والدین تأثیر مهمی در محافظت و مراقبت از فرزند دارد؛ زیرا هنگامیکه والدین از وضعیت و شرایط فرزندشان آگاه باشند و او را درک نمایند، بهدقت و درجه مراقبت خود نسبت به او در هنگام بروز خطر میافزایند.

 هنگامیکه فرزند احساس کند والدین او را درک میکنند، احتمال بیشتری دارد که از توصیه های والدین خود پیروی نماید؛ هرگاه برای بیان نیازها و نگرانی های عاطفی به فرزند فرصت داده شود، او احساس میکند که میتواند به والدین خود اعتماد داشته باشد. همچنین احساس می کند والدین به مسائل واقعی او می پردازند و در اجرای تصمیماتی که مربوط به مراقبت، محافظت و یا رشد و کمال آنهاست، با والدین خود بیشتر تشریک مساعی میکنند،

ص: ۴۰

در واقع، توانایی والدین برای همدلی با فرزند و درک او، عامل مؤثری است تا تمایل فرزند برای مراجعه به والدین در آینده افزایش یابد.

 هرگاه فرزند از رابطه همدلانه والدین با خود راضی باشد، حتی اگر از نتایج ارتباط رضایت نداشته باشد، کمتر علیه والدین حالت دفاعی به خود میگیرد؛ لذا با آنها به مخالفت صریح نمیپردازد.

زمانیکه والدین به نوجوان اجازه مخالفت کردن میدهند، مفاهیمی چون احترام به نظرِ مخالف، تحمل نظرِ مخالف، استدلال، آزادی در ابراز عقیده، دوست داشتن و متفاوت بودن نظرات را به او تفهیم میکنند.

والدینی که با فرزندشان همدلی دارند، میتوانند احساس سرخوردگی احتمالی فرزند را از نتایج توصیه های خود و چگونگی ارتباط با فرزندان کشف نموده و برای یافتن راهحلی که برای هر دو مورد قبول باشد، کوشش نمایند؛ به عبارت دیگر، والدینی که با احساسات فرزند خود همدلی میکنند، مایل و قادر هستند که به طور سازنده بهسمت ایجاد یک رابطه عاطفی حرکت کنند و زمینه ارتباط مطلوب و مؤثر با فرزندشان را فراهم نمایند.

بهعنوان نمونه رابطه مؤثرِ برخاسته از تعامل همدلانه والدین با فرزند را میتوان در گفته های یکی از مراجعان به مرکز مشاوره روانشناختی به خوبی مشاهده نمود؛ به مطلب زیر دقت فرمایید:

یک نوجوان (۱۷ ساله پسر) در یک مشاورهای احساس خود را نسبت به پدر چنین ابراز میکرد: «آنچه واقعاً من را در حرف زدن با پدرم کمک میکند، این است که حتی اگر با نظرش هم مخالفت کنم، از دست من عصبانی نمیشود. هرچند بیشتر اوقات سرانجام آنچه او میخواهد انجام میدهم، اما چیزی که

اهمیت دارد این است که پدرم حرفهای من را به خوبی گوش میدهد و میشنود. وقتی میبینیم او به حرفهای من گوش میدهد، من هم راحت تر به حرفهای او گوش میدهم.»

زمانیکه والدین به نوجوان اجازه مخالفت کردن میدهند، در حقیقت مفاهیم و معانی مختلفی را به طور ضمنی به او تفهیم میکنند. مفهوم احترام به نظرِ مخالف، مفهوم تحمل نظرِ مخالف، مفهوم استدلال، مفهوم آزادی در ابراز عقیده و مفهوم دوست داشتن و متفاوت بودن نظرات از جمله این مفاهیم است.

۴. ابراز عواطف مثبت

ابراز عواطف مثبت و خوشایند والدین در مواجهه با فرزندان بر استحکام و کیفیت روابط والد و فرزند میافزاید.

دیگر مبنای روانشناختیِ ارتباط مؤثر والدین و فرزندان، ابراز عواطف مثبت است؛ ما عواطف مختلفی را در طول روز تجربه میکنیم و اظهار مینماییم. مانند: خوشحالی، تعجب، خشم، نگرانی و غیره. حالت عاطفی در هر لحظه بر ادراک، انگیزش، تصمیمگیری و قضاوتهای بین فردی ما مؤثر است.

تجارب گذشته به طور هماهنگ نشان دهنده آن است که عواطف مثبت به ارزیابی مثبت از دیگران و تأثیر مطلوب میانجامد و عواطف منفی به ارزیابی منفی منتهی میگردد؛ بهعبارت دیگر، ابراز عواطف مثبت و خوشایند والدین در مواجهه با فرزندان، دوستی و علاقه آنها را پدید میآورد و آن را افزایش میدهد و در نتیجه بر استحکام و کیفیت روابط والدین با فرزندان می افزاید. ابراز عواطف مثبت از دو طریق میتواند بر ارتباط والدین و فرزندان تأثیر گذارد.

ص: ۴۲

□ نخست اینکه والـدین میتواننـد با ابراز عواطف مثبت، کاری کننـد که در فرزند حس لذت به وجود آمده و لذا او مایل میشود آنچه برای والدین ایجاد رضایت میکند، انجام دهد. مثلاً با تشویق فرزند در امر تحصیل و همچنین تمجید از زحمات او موجب افزایش کیفیت امور درسی او خواهند شد.

□ دوم اینکه وجود والدین به هنگام برانگیختگی عواطف مثبت نقش مهمی در پیامد علاقه فرزند به والدین دارد و در واقع، به شکلگیری نگرش مثبت به سخنان والدین میانجامد؛ لذا زمینه فکری و عاطفی را برای همکاری و پذیرش پیشنهادهای والدین فراهم مینماید.

انسان از کودکی نیاز به توجه عاطفی مثبت دیگران، آنهم به طور غیر مشروط، دارد.

در خصوص بحث حاضر، برخی روانشـناسان توجه عاطفی مثبت و بیقید و شـرط نسبت به فرزند را اساس رابطه با او معرفی کرده اند؛ "راجرز" میگوید: «هنگامی که "خود" رشد میکند، انسان نسـبت به دوستی و قبول دیگران احساس نیاز میکند و توجه مثبت نامشروط دیگران را جذب میکند.

این نیـاز یـک نیـاز ذاتی برای انسان است؛ بنابراین طبق این دیـدگاه، انسان از کودکی نیاز به توجه عاطفی مثبت دیگران، آنهم به طور غیر مشـروط، دارد. آنچه مهم است، اسـتمرار این توجه عاطفی مثبت است؛ زیرا والـدین معمولاً به فرزند خود این توجه عاطفی مثبت را دارند، ولی به تدریج این توجه مثبت به رفتارهای خاصـی از فرزند مشـروط می شود و دوستی و عواطف مثبت خود را مشـروط به خوب بودن گفتار و رفتار کودک مینمایند، در آنصورت، این تلقی برای کودک شکل میگیرد که گویا تمام شخصیت او پذیرفته نشده است.

بنابراین، باید والدین نسبت به کودک پذیرش کامل داشته باشند؛ البته این

بهمعنی تأیید همه رفتارهای فرزند نیست، بلکه به معنای دوست داشتن او بدون هیچ قیدوشرطی است.

در یک مقاله علمی "دیکسون" و جمعی از همکاران او (۱۹۹۳) تأثیرات متعددی را برای ابراز عواطف مثبت در روابط بین فردی بیان کردهاند؛ از جمله این تأثیرات عبارتند از:

 افزایش تعامل و حفظ روابط با فرزند

 ابراز علاقه واقعی به ایدهها، افکار و احساسات فرزند

 جالب و لذتبخش ساختن تعامل با فرزند

بنابراین، آنچه ما بهعنوان مبنای ارتباط مؤثر والدین و فرزندان بهدنبال آن هستیم را میتوانیم بر اساس ابراز عواطف مثبت از سوی والدین نسبت به فرزندان پیگیری نماییم، همانگونه که نقطه مقابل آن، یعنی ابراز عواطف منفی، میتواند به سردی روابط والدین با فرزندان و سست شدن ارتباط مؤثر و مطلوب آنها بیانجامد و بهتدریج در کجروی فرزندان تأثیر گذارد.

البته بعضی روانشناسان اجتماعی و جامعهشناسان در بررسی علل کجروی فرزندان به عوامل متعددی از جمله ابراز عواطف منفی اشاره کردهاند که با توجه به اهمیت موضوع به شرح آن میپردازیم.

عواطف منفی عبارتند از: عدم روابط گرم و محبت آمیز، حامی نبودن برای فرزندان، تنبیه و توهین به فرزند.

جامعه شناسان در بین عوامل متعددی که بر انحراف فرزندان تأثیر میگذارد چند عامل خانوادگی را شناسایی نمودهاند؛ گذشته از ضعف نظارت مستقیم بر رفتار فرزندان که در خانوادههای تک سرپرست احتمال بیشتری دارد، عوامل دیگری مانند ستیز و ناسازگاری پدر و مادر، نبود روابط گرم، محبتآمیز و حمایتگرانه بین والدین و فرزندان، کجروی والدین، بد رفتاری و خشونت ایشان با فرزندان در گرایش آنها به ناهنجاری های اجتماعی مؤثر

ص: ۴۴

شناخته شده اند.

پژوهشهای مختلف نشان میدهند، در تعاملات والد-کودک که در زمینه فعالیت تربیتی است، دو عامل بسیار مهم وجود دارد:

۱. پذیرش فرزند از سوی والدین.

۲. نظارت بر گفتار و رفتار کودک.

به نظر میرسد از این دو عامل، پذیرش از سوی والدین مهمتر باشد. در آموزه های بزرگان نیز لزوم توجه به ابراز عواطف مثبت و خوشایند در برخورد والدین با فرزندان تأکید شده است و آن را در قالب دستورالعمل هایی بهعنوان وظایف والدینی نسبت به فرزندان مطرح نمودهاند. از جمله اینکه:

 گفت وگوی مهربانانه و دلسوزانه با فرزندان داشته باشیم.

 نگاه مهربانانه به فرزندان داشته باشیم.

 روابط غیرکلامی ناشی از عواطف مثبت؛ مثل بوسیدن و نوازش فرزند به مقتضای سن و جنسیت کودک و غیره داشته باشیم.

همچنین یکی از مشخصه هایی که در کیفیت روابط والدین با فرزند حائز اهمیت میباشد، صمیمیت در روابط است. والدین هنگام تعامل با کودک باید گرم و آرام صحبت کنند و از تحسین و تشویق به موقع دریغ نورزند.

ارتباط صمیمی با فرزند همیشه ارتقاء دهنده کیفیت رابطه با او است.

کودک نسبت به تمام کنش های والدین حساس بوده و تمامی رفتار والدین بر او اثرگذار است؛ لذا برای پیشگیری از هرگونه تنش ناشی از اختلاف فهم دو طرف، از صمیمیت استفاده می نماییم؛ ارتباط صمیمی با فرزند همیشه ارتقاء دهنده کیفیت رابطه با او است.

ص: ۴۵

۵. پذیرش غیر مشروط

یکی دیگر از مهمترین مبانی روانشناختیِ ارتباط مؤثر با فرزنـدان، پـذیرش غیر مشـروط آنها است. بدین معنا که والدین، کودک و نوجوان را آنگونه که هست بپذیرند، هرچند ممکن است رفتار او مورد پذیرش آنها نباشد. باید به فرزند بهعنوان یک شخص مستقل احترام گذاشت و برای او بهعنوان یک انسان با تواناییها و رغبت های خاص خود، ارج و ارزش قائل شد. نباید کوشش خود را صرفاً به این خاطر که فرزند، انسانی کوچکتر، ناآگاهتر و نارسیدهتر است پیریزی نمود و بر حاکمیت و تسلط بر او بهکار گرفت.

بلکه باید حق او را برای "فرزند بودن" به رسمیت شناخت و انرژی خویش را متوجه جهت دادن به اعمال و رفتار او در مسیر سازگاری مطلوب، پیشرفت و موفقیت نمود.

والـدین بایـد درک کننـد که رفتار برای شـخص صاحب رفتار، اعم از کودک یا نوجوان، چه معنا و مفهومی دارد و برای کسب این درک لازم است والـدین پیشـقدم شـده و ارتباط زندهای را با کودک داشته باشند.

راهکار

باید به کودک اجازه داد تا نظرات و تصمیمات خویش را هرگاه و در هر زمانی که ممکن باشد ابراز کند و برای او حق اشتباه کردن نیز قائل شد.

به عنوان یـک راهکـار در گسترش روابـط مطلوب، بایـد به کودک اجـازه داد تا نظرات و تصـمیمات خویش را هرگاه و در هر زمانی که ممکن باشـد ابراز کنـد. اجرای این امر مسـتلزم آن است که برای کودک حق اشتباه کردن نیز قائل شد و

ص: ۴۶

جز در مواردی که این اشتباه برای خود او یا دیگران خطرناک است به او اجازه داد تا نتایج حاصل از اعمال خویش را تحمل و تجربه نماید.

والدین مسئول باید نخست یک شنونده خوب باشند تا بتوانند در زمینه تعبیر و تفسیر اطلاعات، ارائه کمک و راهنمایی و تأثیرگذاری مطلوب اقدام ورزند.

والدین گرامی!

فرزندان نیاز دارند که با تمام وجود احساس کنند مورد عشق و علاقه والدین و پذیرش غیر مشروط والدین هستند، هرچند که اعمال و رفتارشان احتمالاً مورد تأیید آنها نخواهد بود. به بیان دیگر، باید مفهوم "من را دوست دارند اما از کار ناشایست من خوششان نیامد" را با تفکیک معنی در مورد والدین احساس کنند.

پذیرش غیر مشروط موجب میشود تا رابطه انسانی غنیتر و مؤثرتری به وجود آید. پذیرش غیر مشروط یا توجه بدون قید و شرط بدین معناست که والدین ارج و حرمتی بهطور مطلق و کلی برای فرزند قائل باشند نه آنکه مشروط باشد.

توجه بدون قید و شرط به فرزند، تغییرات سازنده و رشد و تکامل را در کودک و نوجوان تسهیل میکند.

یعنی کودک را آنگونه که هست بپذیریم، نه آنگونه که والدین می خواهند. تحقیقات نشان می دهد که توجه بدون قید و شرط، تغییرات سازنده و رشد و تکامل را در کودک و نوجوان تسهیل میکند.(۱)

"ژان ژاک روسو"(۲) اعتقاد داشت که «کودکان وحشی های بزرگواری هستند که ذاتاً دارای احساس درست و غلط می باشند و برای رشد منظم و سالم برنامه ریزی

۱- احمدی. محمدرضا. مبانی روانشناختی ارتباط مؤثر والدین با فرزندان در محیط خانواده.

۲- متفکر سوئیسی. قرن ۱۸. ‌ Jean-Jaques Rousseau

فطری دارند.»

بنابراین هرچند ممکن است از فرزندان و کودکان خود رفتارهای ناشایستی را مشاهده نماییم؛ لیکن آنچه اهمیت دارد خود کودک است که در پناه مراقبت و تربیت صحیح والدین، در مسیر فطری و الهی خود رشد نماید.

۶. وابستگی

در کنار دلبستگی با موضوع دیگری بهعنوان وابستگی روبهرو میشویم؛ بهعنوان مثال:

 دختر بچهای که به یکی از عروسکهای خود بسیار وابسته است و آن را خیلی دوست دارد.

 کودک دیگری که به تماشای برنامه کودک در تلویزیون وابستگی دارد.

 وابستگی بچهها به بازیهای رایانهای نیز مثال دیگری در همین حوزه است.

وابستگیهای فرزندان از دیگر موضوعاتی است که والدین باید از آنها آگاهی داشته باشند.

آگاهی پدر و مادر از وابستگیهای فرزند خود، از این جهت مهم تلقی میشود که در بسیاری از موقعیتها میتوانند از این وابستگی ها در مسیر رشد و تربیت فرزندان بهره ببرند.

مثلاً والدین میتوانند به فرزند خود که به مطالعه کتاب وابسته است، بسیاری از مسائل و موضوعات تربیتی را بدون آنکه شخصاً ورود مستقیمی به آن داشته باشند با خرید کتابهایی در حوزه مربوطه، به کودک و نوجوان خود منتقل نمایند.

آگاهی از وابستگی های فرزندان به عنوان واسطهای تربیتی، منتقل کننده افکار و خواسته های آموزشی و تربیتی والد به فرزند می شود.

ص: ۴۸

در بعضـی موقعیتها ارائه توضـیحاتی از سوی والـدین در مورد موضوعی خاص مورد دلخواه بچهها قرار نمیگیرد، یا نوجوان در دوره سـنی است که احساس غرور به او اجازه نمیدهد که مطلب تربیتی را از سوی والدین خود به صورت مسـتقیم بپذیرد، آگاهی از وابسـتگی های فرزندان از سوی والدین در چنین شـرایطی است که به کمک آنها میآید و به عنوان واسـطهای تربیتی، منتقل کننده افکار و خواسـته های آموزشی و تربیتی والد به فرزند میشود.

راهکار

به عنوان راهکار تهیه کتاب برای فردی که به مطالعه کتاب وابسـتگی دارد، اسـتفاده از لوح فشـرده آموزشـی برای کودکی که به تلویزیون و رایانه وابسـته است از جمله وابستگی هایی است که میتواند در راستای اهداف تربیتی و آموزشی خانواده مورد استفاده قرار گیرد.

همچنین گاهی شرایطی بهوجود میآید که والدین در اعمال یک حرکت تنبیهی در مورد رفتار اشتباه فرزند خود دچار مشکل میشوند، ایجاد محدودیتهای کوتاه مدت در مورد وابستگیهای فرزند به کتاب، اشیاء، بازی و مواردی از این دست میتواند رفتار تنبیهی مناسبی از سوی والدین باشد.

در حقیقت فرزند ما به خاطر اعمال محدودیت نسبت به موضوعی که به آن وابسته است سعی میکند رفتار اشتباه خود را اصلاح نماید تا مجدداً با محدودیت در زمینه وابستگی های خود مواجه نشود؛ البته بدیهی است این محدودیت نباید بیشتر از چند ساعت باشد.

۷. وقت گذاشتن

اشاره

اساساً بحث وقت گذاشتن والدین در خانواده به دو بخش عمومی و اختصاصی تقسیم بندی میشود. در بخش عمومی که شامل وقت اصلی والدین نیز میشود،

ص: ۴۹

پـدر معمولاً صـبح تا بعـدازظهر در محل کار حضور داشـته و در طول روز مادر مشـغول سامانـدهی به امور خانه و خانواده میباشـد، یا در مواقعی او نیز ماننـد پـدر در خارج از خانه شاغل بوده و به فعالیت میپردازد.

لـذا اعضاء خانواده در اکثر مواقع در طول هفته زمان نسـبتاً کمی را در کنار یکـدیگر حضور دارند؛ البته بدیهی است، زمانیکه والدین جهت اداره زندگی صـرف کرده و به امور فرزندان و خانه رسـیدگی مینمایند، در واقع متعلق به همه اعضاء خانواده، خصوصاً فرزندان است.

اما والدین موظفاند بخش دیگری از وقت خود را به صورت اختصاصی و با توجه به نیاز هر یک از فرزندان در اختیار آنها قرار دهند.

مثال:

برای تفکیـک هرچه بهتر وقت عمومی و اختصاصـی در خـانواده به این مثـال سـاده توجه نماییـد: به طور کلی در یک خانه هزینه هایی مربوط به تهیه موادغـذایی، اجاره خانه، قبض آب و برق ساختمان و مواردی از این دست وجود دارد که مربوط به تمامی اعضاء خانواده میشود و هزینه های عمومی خانه نام دارد.

در کنـار این هزینه های عمومی، هر یک از اعضاء خانواده با توجه به سن و جنسیت خود نیازهایی دارنـد و در نتیجه هزینه هایی را نیز به خود اختصاص می دهنـد. کودک نوپا، کودک دبسـتانی و فرزند دانشجو هر کدام هزینه های خاص خود را خواهند داشت.

یک دختر خانم نیازهایی چون خرید مانتو، روسری و چادر دارد و فرزند پسر نیز پیراهن و کت و شلوار احتیاج دارد. این موارد هزینه های اختصاصی هر یک از اعضاء خانواده است.

حال با توجه به مثال مطرح شده در مورد هزینه های عمومی و اختصاصی در خانواده، به بحث وقت در خانواده نیز میتوان به همین منوال توجه داشت. جدا

ص: ۵۰

از وقت عمومی که والـدین با فعالیت در بیرون از خانه و خانواده برای فرزنـدان خود میگذارنـد، بخش مورد توجه ما در این مبحث، وقت اختصاصـی است که والدین باید برای هر یک از فرزندان خود به تناسب سن و جنسیت او در نظر بگیرند.

مثلاً بازی کردن والدین با کودکان از نمونه کارهایی است که میتوانند به صورت اختصاصـی زمانی را در اختیار کودک قرار دهند؛ همراهی پدر یا مادر در بازی کردن با فرزندان خصوصاً در سنین پایین، برای آنها بسیار مهم است.

همچنین در سـنین بالاتر، مثلاً در دوره دبیرستان نیز میتوانید خود را شریک شادیهای فرزندتان کنید؛ اگر او از تماشای مسابقه فوتبال لذت میبرد در کنار او بنشینید و همراه با او مسابقه فوتبال را تماشا کنید و عکس العملهای هیجانی از خود نشان دهید تا شادی او را دو چندان نمایید.

ارائه یک راهکار به والدین!

به جرأت میتوان ادعـا کرد که والـدین به ویژه مـادران قادرنـد بسـیاری از مسائل تربیتی ماننـد رعایت قوانین، آداب معاشـرت، تفکیک وظایف اعضاء خانواده، انواع و اقسام برخوردهای اجتماعی، احساس امنیت، دوستی، مهربانی، بخشش، گذشت، مراقبت از خود و بسیاری موارد دیگر را با بازی کردن به کودکان منتقل نمایند. در نتیجه مادرانی که بتوانند با فرزندان خود به خوبی بازی کنند، می توانند آنها را به خوبی نیز تربیت نمایند.

والدین بهویژه مادران قادرند بسیاری از مسائل تربیتی را با بازی کردن به کودکان منتقل نمایند؛ چرا که دنیای بازی، دنیای واقعی کودکان را تشکیل می دهد.

ص: ۵۱

دنیای بازی، دنیای واقعی کودکان را تشکیل میدهد، در حالی که برای بزرگسالان دقیقاً معکوس بوده و دنیای بازی؛ دنیای غیر واقعی برای آنها محسوب میگردد.

به همین منظور والدینی که قصد تربیت صحیح فرزندان خود را دارند لازم است در ابتدا وارد دنیای آنها شوند، نه اینکه بخواهند آنها را وارد دنیای خود کنند. مثلاً اگر قرار شد از یک کودک سه ساله یا هفت ساله محافظت و مراقبت شود، باید به اندازه سن او کوچک شد تا بتوان نیازهای او را درک و برطرف نمود.

با ورود به دنیای کودکان است که تربیت و هـدایت آنها ممکن می شود و البته یکی از راههای ورود به این دنیا نیز همانطور که گفته شـد بازی کردن والـدین با کودک و نوجوان است؛ بنابراین والـدینی که نتوانند با کودک خود بازی کنند، قطعاً در تربیت کردن او نیز دچار مشکل خواهند شد.

نکته قابل تأمل!!

والدینی که در کودکی وارد دنیای بازی و شادی فرزندان خود شده و در کنارشان حضور داشته باشند، فرزند آنها نیز قطعاً در زندگی آینده و تصمیمات مهم زندگی، آنها را شریک ساخته و بازی می دهد و همراه شادی های خود میکند. اما اگر از همان ابتدای کودکی تلاشی برای بازی کردن و در کنار فرزندان خود بودن، نداشته باشند، در آینده نیز فرزندان اهمیتی برای نظر والدین در مسائل مهم زندگی نخواهند داد یا آنها را بازی نمیدهند! و متأسفانه در این شرایط والدین فقط میتوانند تنها از دور نظارهگر اتفاقات زندگی فرزند خود باشند.

وقت اختصاصی دیگری که والدین می توانند با فرزندان خود سپری نمایند، وقت گذاشتن برای گردش و تفریح است. گذراندن اوقاتی خارج از خانه با

فرزنـدان از این جهت حـائز اهمیت است که آنها در دوره طفولیت و نوجوانی سـرشار از انرژی و هیجان هسـتند، گردش رفتن در تخلیه هیجان و انرژی آنها بسـیار تأثیرگـذار است. پس بهتر است والـدین زمانی را تعیین کنند که در بیرون از خانه، به دور از محدودیتها و چارچوبهای روزمره زندگی با فرزندان خود به گردش رفته و در تخلیه انرژی و هیجانات او شریک شوند.

گردش رفتن در تخلیه هیجان و انرژی فرزندان بسیار تأثیرگذار است.

کمک کردن به فرزندان از دیگر نمونههای وقت گذاشـتن برای آنها از سوی والدین است؛ والدین میتوانند در مشـکلات و مسائل جاری فرزند خود با او همکاری و همفکری داشـته باشـند. برای مثال حل تمرینات و مسائل درسی با فرزند یا کمک در تهیه یک کاردستی با کودک دبستانی، نمونه هایی از همکاری والدین با فرزندان در مسائل آنها است.

حتی ارائه راهکار و همفکری در هنگامیکه فرزند شما در روابط دوستانه خود دچار مشکلاتی شده است، مثلاً اینکه نمیداند یک رابطه دوستی را چگونه شروع و یا ترمیم نماید! نیز نیاز به گذراندن اوقات خاصی در این رابطه با کودک یا نوجوان دارد.

به طور کلی اینکه والـدین تصور نماینـد فرزنـدشان چون کودک است مشـکلی نـدارد، تفکر غلطی است؛ در واقع آنها نیز مشـکلاتی دارنـد که با توجه به توانایی آنها شایـد بسـیار بزرگ بهنظر برسد. اما والـدین و بزرگسالان چون از مرحله کودکی عبور کرده انـد و حال دیگر از فاصـله دور به این مرحله از زندگی فرزندان نگاه میکنند، مسائل موجود در دنیای آنها، کوچک و کم اهمیت در نظرشان جلوه می کند.

ص: ۵۳

هرچه به واقعیت موجود در زندگی فرزندان نزدیکتر شوید، نسبت به آنها شناخت بیشتری حاصل کرده و آنها را بهتر درک مینمایید و بدیهی است که مشکلات را به اندازه خودشان بزرگ می بینید.

وقت گذاشتن در راستای کمک به فرزند در مورد پیدا کردن راه حل مناسب برای برطرف نمودن مسائل و مشکلات آنها از سوی والدین، در حقیقت به معنای آموزش چگونه فکر کردن، چگونه تصمیم گرفتن و چگونه درست عمل کردن است.

هرچه به واقعیت موجود در زندگی فرزندان نزدیکتر شوید، نسبت به آنها شناخت بیشتری حاصل کرده و آنها را بهتر درک مینمایید.

بنابراین والدینی که می خواهند انتخاب و تصمیم گیری را به فرزندان خود آموزش دهند، لازم است در هنگام بروز مشکلات برای کودکان، به عنوان حامی و کمک کننده در کنار آنها باشند.

نکته!!

والدین گرامی در نظر داشته باشید که کمک به فرزندان در حل مشکلاتشان، اصلاً به این معنا نیست که شما بهصورت مستقیم وارد عمل شده و مشکل او را حل نمایید، بلکه منظور از وقت گذاشتن هنگام مواجهه آنها با مشکلات بدین معناست که فرزند شما در حال پیدا کردن راه حلی برای مشکل خود است و شما فقط در این شرایط به عنوان همفکر و کمکرسان، وارد ماجرا شده و به او یاری می رسانید. بدین شکل که تلاش می نمایید

فرزند شما درست فکر کند، انتخاب کند و به نحو احسن کار خود را به سرانجام برساند. پس کار اصلی را فرزندتان انجام میدهد و شما فقط به او کمک می کنید. طبیعتاً ورود و پیمایش چنین فرآیندی نیاز به سپری کردن اوقات خاصی با فرزند دارد.

یکی از اوقاتی که والدین میتوانند برای فرزندان خود وقت بگذارند، زمانی است که برای برطرف کردن مشکلات خود از آنها درخواست کمک و هم فکری مینمایند.

بحث وقت گذاشتن برای فرزندان زمانی جالبتر خواهد شد که والدین عزیز بدانند، یکی از اوقات اختصاصی که می توانند با فرزندان خود داشته باشند، هنگامی است که برای برطرف کردن مشکلات خود از آنها درخواست کمک و هم فکری مینماین؛ این مورد دقیقاً معکوس مورد قبلی است.

در بعضی از موقعیتها لازم است والدین برای حل مشکلات و مسائل خود فرزندان را نیز دخیل نموده و از آنها همفکری یا کمک بخواهند.

پیشاپیش میتوان حدس زد پس از طرح این موضوع، بعضی از والدین میگویند، بچه ها به جای اینکه کمکی به ما کنند، در عمده مواقع زحمت ما را بیشتر نموده، یا برخی والدین این سؤال را مطرح می کنند که اساساً فرزندان چه کمکهایی می توانند برای آنها داشته باشند؟

لازم به ذکر است هدف از این کمک خواهی که از فرزندان در این بخش مطرح شده به این دلیل است که وقتی والدین تصمیم میگیرند برای حل برخی مسائل از فرزندان درخواست کمک کنند، طبیعتاً باید وقت بیشتری نیز در این خصوص بگذارند. البته این نکته نیز حائز اهمیت است که صرف وقت بیشتر به معنی وقت گذاشتن برای تعامل با فرزندتان است و این موضوع برای دو طرف خوشایند

است، در حقیقت هر دو طرف به این وقت اختصاصی نیاز دارند؛ البته در همین راستا می توانیم از راهکارهای مختلفی استفاده نماییم.

به مثالهای ذیل توجه فرمایید:

برای مثال پـدر میتوانـد از فرزنـد پسر خود بخواهـد در تعمیر کولر به او کمک نمایـد؛ واضـح است که پسر نمیتوانـد کمک چندانی به پدر خود داشـته باشد و حتی شاید به دلیل حضور او در کار، زمان بیشتری تا به نتیجه رسیدن تعمیرات وقت صرف شود. اما حقیقت این است که اگر این مشارکت اتفاق بیفتـد و کمک فرزنـدتان در هنگام حل مسأله زمان بیشتری از شـما بگیرد، مطلقاً متضـرر نشدهاید؛ بلکه اوقاتی را با فرزند خود گذرانده اید و در مورد موضوعی مشترک صحبت کردهاید و در حین انجام کار عملاً زمانی را نیز به فرزند دلبند خود اختصاص داده اید.

متأسـفانه بعضـی از والـدین چنین کاری را هـدر دادن وقت تلقی نموده و ترجیـح میدهنـد با صـرف زمان کمتر بـدون دخالت فرزندان به امورات این چنینی بپردازند. در حالی که دخالت دادن فرزندان در انجام برخی امور نه تنها اتلاف وقت محسوب نمی شود بلکه باعث شـکل گیری رابطه ای صـمیمی بین والـد و فرزنـد شـده و منجر به بحث و اظهار نظر در مورد آن فعالیت خاص، به طور مثال بین پـدر و پسر، میشود. فرصت دادن به فرزندان برای اظهار نظر و صحبت کردن، نوعی وقت گذاشتن برای آنها از سوی والدین محسوب میگردد.

در ثانی در چنین موقعیتی، والـدین با شـرکت دادن فرزند خود در انجام کاری خاص، در ابتدا صبر و شـکیبایی به خرج میدهند تا کودک بتواند بخشـی از کار را انجام دهد، مرتبه اول احتمالاً انجام آن از سوی کودک زمان زیادی را به خود اختصاص میدهد، مرتبه دوم زمان کمتر و دفعات بعدی کودک کاملاً بر انجام آن کار مسلط خواهد شد.

ص: ۵۶

بدین ترتیب والدین با این روش، زمانی را به صحبت، اظهار نظر و آموزش کاری به فرزند خود اختصاص داده اند؛ بنابراین کمک و دخالت دادن فرزندان در انجام برخی امورات خانه توسط والدین یکی از بهترین روشهای وقت گذاری برای آنها است.

فرزند دختری را در نظر بگیرید که مادرش از او می خواهد در پهن کردن سفره و چیدن ظروف به او کمک نماید.

شاید بعد از انجام این کار توسط کودک، مادر مجبور باشد دوباره آن چیدمان را انجام دهد؛ اما میتواند در همین حین اشکالات کار کودک را به او گوشزد نموده و روش صحیح پهن کردن سفره و چیدمان وسایل آن را به فرزند آموزش دهد.

به این شکل کودک تشویق میشود دفعات بعدی این کار را با دقت بیشتری انجام دهد و در نهایت آن را به طور کامل از مادر بیاموزد؛ با همین کار ساده مادر عملاً برای کودک خود وقت گذاشته است.

وقت دیگری که ما می توانیم برای فرزندان خود اختصاص دهیم این است که یاد بگیریم چگونه با فرزندان خود تعامل داشته باشیم؛ یعنی بدانیم چگونه با آنها صحبت کنیم و چه رفتارهای صحیحی داشته باشیم.

خواننده ای که در حال حاضر مشغول مطالعه این کتاب هستید! شما عملاً همین کار را انجام میدهید! در حقیقت زمانی را که برای مطالعه این کتاب اختصاص دادهاید تا بیاموزید چگونه فرزندان خود را درک نمایید، عملاً زمانی است که به فرزندان خود اختصاص دادهاید و برای آنها وقت گذاشته اید.

وقت دیگری که والدین میتوانند برای فرزندان خود بگذارند دعا کردن است، بسیار خوب است که والدین یک الی دو بار در روز چند دقیقهای کوتاه برای فرزندان خود دعا کنند؛ یعنی از خدا بخواهند بچه ها در مسیر موفقیت قرار گیرند، عاقبت به خیر شوند، برای خود و اجتماع مفید باشند، متدین باشند، دنبال ظلم و

شکستن دل دیگران نباشند، از مردم راضی باشند و مردم نیز از آنها راضی باشند و غیره.

هر دعای خوبی را که والدین می توانند تصور نمایند، از خداوند متعال برای فرزندان خود بخواهند.

این را نیز باید بدانیم دعایی که ما در حق فرزندان خود می کنیم هیچ ارتباطی به خوب یا بد بودن کیفیت رابطه ما با خدا ندارد. برحسب اینکه ما والدین آنها هستیم، خداوند متعال دعای ما را مستجاب میکند، لذا همیشه برای فرزندان خود دعا کنید؛ البته از بزرگان دینی شنیده ایم دعاهایی که مابین نماز ظهر و عصر، مغرب و عشاء و بعد از نماز صبح انجام می شود انشاءالله مستجاب خواهد شد.

تأکید این حقیر به والدین این است که همیشه از خداوند متعال برای فرزندان خود عاقبت به خیری بخواهید.

۸. همدردی

همدردی یعنی اینکه به طرف مقابل نشان دهیم درد و رنج او را درک مینماییم و عکس العمل مناسبی نیز از خود نشان دهیم که عموماً همراه با دلداری است.

از جمله مبانی درک فرزندان موضوع همدردی با آنهاست؛ همدردی یعنی توجه و واکنش عاطفی نسبت به نیاز عاطفی یک انسان دیگر به طور ساده؛ همدردی یعنی اینکه به طرف مقابل نشان دهیم درد و رنج او را درک می نماییم و عکس العمل مناسبی نیز از خود نشان دهیم که عموماً همراه با دلداری است.

در تعامل با فرزند همدردی کاربرد بسیاری دارد؛ زمانی که کودک ما در انجام کاری ناتوان بوده و احساس شکست میکند کنار او قرار میگیریم و با او همراهی

می کنیم، سپس با استفاده از کلمات و جملات انرژی بخش او را تشویق میکنیم که دوباره تلاش نموده و از توانمندی های خود نیز استفاده نماید.

تشویق و ترغیب فرزند به کار، زمانی اثربخش خواهد بود که در زمان شکست و احساس رنج کنار او قرار داشته باشیم تا احساس تنهایی و عدم حمایت نداشته باشد؛ بلکه والدین را حامی و مشوق خود بداند. البته در مقام مقایسه، همدلی نسبت به همدردی بسیار پر اهمیت بوده و تأثیرات مهمتری را در نحوه درک فرزندان دارد. اما همدردی نیز میتواند به عنوان یک مهارت توسط والدین استفاده شود.

 تأیید مشکل بهوجود آمده برای فرزند؛

 اظهار ناراحتی نسبت به مشکل به وجود آمده برای فرزند؛

 قرار گرفتن کنار فرزند؛

می تواند زمینه ساز درک متقابل شود. گاهی فرزندان هیچ انتظاری از والدین ندارند جز یک همدردی کوچک؛ خصوصاً در سنین نوجوانی و جوانی که احساس غرور و توانایی زیادی دارند، یک همدردی کوچک می تواند انگیزه و شوق آنها را برای شروعی دوباره تقویت نماید.

لذا ما والدین از این اصل مهم بهره جسته و حس تنهایی فرزندان را در زمان بروز مشکلات از بین خواهیم برد.

۹. مشارکت

اشاره

مشارکت با فرزند یعنی اینکه فکر، گفتار و افعال ما با فرزندان در امر خاصی مشترک باشد.

مشارکت سرزمین درک مشترک والد و فرزند است؛ البته مشارکت در لغت به معنی شرکت کردن و شریک شدن یک فرد در سرمایه یا امور مربوط به فرد

دیگر است. اما منظور ما از مشارکت با فرزند یعنی اینکه فکر، گفتار و افعال ما با فرزندان در امر خاصی مشترک باشد. مثلاً زمانیکه ما والدین با فرزندان مشغول بازی هستیم فکر ما و فرزندمان، گفتار ما و فرزندمان، کارهای ما با فرزندمان مشترکاً یک کار واحد را انجام میدهند، مشارکت با فرزندان در دو حوزه اصلی تعریف میشود:

۱. حوزه فعالیت والدین

۲. حوزه فعالیت فرزندان

۱. حوزه فعالیت والدین

اشاره

این حوزه فعالیت اختصاص به والـدین دارد ولیکن بهمنظور مشارکت آنها با فرزنـدان و درک متقابل، والـدین به کودک یا نوجوان اجازه میدهنـد تا آنها وارد این عرصه شونـد؛ لـذا بچهها وارد این حوزه فعالیتی پدر و مادر شده و آنها ذهن، گفتار و افعال خویش را با والدین به اشتراک میگذارند. این اشتراکگذاری ممکن است بهدلیل نیاز آنها به درک فرزندان باشد، و یا بهدلیل آموزش کودکان.

در هر حال چون مشارکت دو سویه از سـمت والدین و فرزندان اتفاق میافتد، لذا فضای بسیار مناسبی با آنها ایجاد شده و زمینه درک مشترک بین والد و فرزند نیز فراهم میشود؛ لازم بهذکر است که کار مشارکتی در هر شکلی موجب افزایش درک متقابل می گردد.

این افزایش درک شاهراه مسائل تربیتی است؛ البته شایـد والـدین تصور نمایند بهخاطر اینکه خود نیز قبلاً کودک و نوجوان بودهاند میتوانند فرزندان را بهخوبی درک کنند و این بچهها هستند که باید یاد بگیرند چگونه والدین را درک نمایند! اما این مطلب علیرغم ظاهری درست، صحیح نیست! گذشت زمان، افزایش وظایف و همچنین تغییرات اجتماعی، فردی و شیوه تربیتی خانوادهها موجب میگردد این تصورِ درک یک سویه صحت نداشته باشد.

ص: ۶۰

لذا ما نیز باید بیاموزیم چگونه کودکان خود را درک نماییم؛ بدین منظور از دو فضای یاد شده استفاده میکنیم. ابتدا به فضای فعالیت والدین میپردازیم تا شاهد چگونگی حضور آنها در این فعالیتها باشیم و بدانیم چگونه با نقش دهی های متناسب با جنسیت و سن فرزندان، فضای درک مشترک را به وجود آوریم.

فعالیتهای حوزه والدین

* خرید کردن:

خرید کردن امری هوشمندانه است و قطعاً با مشارکت و مشورت گرفتن، بهتر میتوان آن را انجام داد. شرکت فرزندان در این امر میتواند برای دو طرف سودمند باشد. برای بچه ها سودمند است؛

- چون با کاربرد پول آشنا میشوند.
- چون با اجناس و لوازم مختلف و کاربرد آنها آشنا میشوند.
- چون با انتخاب رنگ مناسب و کاربرد رنگهای مختلف آشنا میشوند.
- چون با بحث کیفیت و جنس کالا آشنا میشوند.
- چون با ضرورت خرید و اینکه خریدن چه چیزی لازم و چه چیزی غیر لازم است آشنا میشوند.
- چون بر اساس جنسیت و سن خود، میتوانند ببینند والدین چه چیزهایی را برای آنها مناسب می دانند.

همچنین ما والدین با مشارکت دادن فرزندان در امر خرید با نظرات آنها آشنا شده و در بسیاری موارد میتوانیم طبق رأی و نظر آنها خرید را انجام دهیم. در اینصورت حس مشارکت در آنها افزایش یافته و بچه ها نسبت به آنچه خریداری شده است احساس مسئولیت میکنند؛ لذا در حفظ و نگهداری آن وسیله کوشاتر خواهند بود.

خرید کردن از نمونه کارهای مشارکتی است که فرزندان با اقتضائات والدین و والدین با فکر و اقتضائات فرزندان آشنا شده و نسبت به یکدیگر به درک مشترکی میرسند.

البته طبیعی است که مدیریت این کار بعهده والدین است تا تنش، قهر و یا ناراحتی ثمره این کار مشارکتی نباشد.

به والدین توصیه میکنیم قبل از خرید در خصوص اجناس مورد نیاز و محل خرید به تفاهم برسند تا این فعالیت مشارکتی راحتتر انجام شود.

* تعمیرات منزل:

برای این کار طبیعی است که پدر خانواده و فرزندان پسر مسئولیت بیشتری دارند و آنها هستند که باید این کار را انجام دهند؛ لذا موقعیت بسیار خوبی است تا پدر و پسر با همدیگر یک کار مشارکتی و تیمی انجام دهند تا فرزند آنها با کارکرد وسایل مختلف آشنا شده و بتواند نحوه صحیح نگهداری وسایل منزل را یاد بگیرد؛ همچنین پدر میتواند کارکرد وسایلی مانند دریل، چسب و چیزهای دیگر را به فرزند بیاموزد، این فضای دو نفره میتواند بسیار صمیمی و لذتبخش باشد.

برای پسر لذت بخش است چون کنار پدر قرار گرفته و در اوج امنیت و احساس آرامش چیزهای جدیدی یاد میگیرد و برای پدر نیز لذتبخش است چون با ثمره زندگی خود کار مشترکی را انجام میدهد. همین کارها و تعمیرات جزئی منزل میتواند نگاه فرزند به زندگی را تغییر دهد.

وقتی او می بیند برای تعویض لامپی سوخته ممکن است یک ساعت کار و دقت صرف شود، در نگهداری وسایل منزل دقت بیشتری خواهد کرد؛ بنابراین به والدین عزیز خصوصاً پدرها توصیه می نماییم این وقت را غنیمت شمرده و در کارهایی مانند خرید لاستیک خودرو، تعویض روغن یا تعمیرات خودرو و ترمیم

و تعمیر وسایل منزل از فرزند خود کمک بگیرند.

البته بدیهی است این کمک با توجه به سن او خواهد بود، چرا که در غیر اینصورت ممکن است به خود و فرزند آسیب برسانیم؛ فضای کار مشارکتی مورد نظر، فضای یادگیری و لذت با هم بودن است.

فضای کار مشارکتی، فضای یادگیری و لذت با هم بودن است.

طبخ غذا:

مادران محترم میتوانند در امر آشپزی از فرزندان دختر کمک بگیرند و مسئولیتی را بهعهده آنها بگذارند.

با این کار فرزندان با نحوه پخت صحیح غذا آشنا شده و ضمناً در به کارگیری موادغذایی مختلف می توانند توانایی خود را آزمایش کنند. با این کار اعتمادبه نفس کودکان و نوجوانان افزایش یافته و با ارائه توضیحات مادر در خصوص خاصیت و فواید مختلف میوه و مواد پروتئینی و دیگر موادغذایی، آگاهی آنها نسبت به علم تغذیه افزایش می یابد.

این آگاهی بخشی میتواند زمینهساز علاقهمندی فرزند به یادگیری شده و با طرح سؤالات جدیتر و مطالعه کتاب یا پرسش از معلم، داشته های خود را افزایش دهد. همچنین در هنگام صرف غذا نیز میتواند حاصل زحمات خود را مشاهده نموده و از اینکه توانسته است رضایت دیگر اعضاء خانواده را فراهم نماید احساس لیاقت و خوشحالی داشته باشد.

حتی با صرف وقت برای هر غذا، به شیوه پخت آنها واقف شده و کمکم اعتراضهای کودکانه خود را برای آماده سازی غذا به نظرات پختهتری تبدیل خواهد کرد. همچنین فرزند در اوقات فراغت و یا به صورت منظم میتواند به مادر کمک نموده و عملاً تحت آموزش جدی قرار گیرد.

 به مادران توصیه میکنیم به فرزندان نوجوان و جوان خود یادآوری نماییم که سفره و غذا صرفاً جنبه خوراک نداشته و عاملی است تا اعضاء خانواده را حول یک محور بنشاند.

 بوی غذا برای اعضاء خانواده آرامشبخش بوده و نشان از این دارد که مادر خانواده منتظر همسر و فرزندان است و برای آنها غذا تدارک دیده است.

 سفره غذا، محلی است برای گفتوگوهای محبتآمیز اعضاء خانواده.

* پذیرایی از میهمان:

یکی از بهترین فرصتها برای کار مشارکتی با فرزندان، زمان و مکان پذیرایی از میهمان است. فضای مهمانی و میزبان بودن بهترین فرصت است تا فرزندان با آداب اجتماعی و آداب میزبان بودن آشنا شده، نحوه پذیرایی را از والدین فرا گرفته و در حضور میهمانان اجرا نمایند.

 نحوه خوشآمدگویی

 نحوه چینش ظروف

 نوع نشستن

 نحوه توجه به میهمان

 پیشبینی نیازهای میهمان

 نحوه احوالپرسی و توجه به تکتک میهمانها

 فراهم نمودن لوازم راحتی میهمان

 نحوه پذیرایی، سرو نوشیدنی و غذا

 دعوت اشخاص به سفره

 آداب تعارف میوه و چایی

 موضوعات گفتوگو

تک تک این موارد میتواند به صورت مشارکتی بین فرزندان و والدین اجرا

ص: ۶۴

گردد؛ فرزندان در اینگونه موارد توانایی خود را ارائه داده و ضمناً با بسیاری از آداب اجتماعی آشنا می شوند.

آموختن و اجرای آنچه آموخته انـد موجب افزایش اعتمادبه نفس آنها شـده و خود را ارزشـمند تلقی مینماینـد. در اینگونه موارد بهتر است که عمـده پذیرایی از کودکان و نوجوانان میهمان را به فرزندان خود بسپاریم تا تمرین داشته و در مقابل پذیرایی از بزرگسالان استرس و اضطراب کمتری داشته باشند.

والدین عزیز توجه داشته باشید که هرگز در مقابل میهمان به فرزندان اخم نکنید و در خصوص اشتباه انجام شده تذکر ندهید؛ فرزندان ما هرچه با شخصیت مثبتتری رشد نمایند، در آینده از شخصیت خود و دیگران بهتر محافظت و مراقبت میکنند.

اگر احتمال میدهیـد که فرزنـد شـما بایـد نکته تربیتی را یاد بگیرد، قبل یا بعـد از مهمانی به او آموزش دهیـد. هرگز آموخته ها و تواناییهای فرزند میهمان را به رخ فرزند خود نکشـید و او را تحقیر نکنید. اجازه دهیـد موقعیت و فضای مهمانی فرصتی باشـد برای نزدیکی روحیات اعضاء خانواده و صـمیمیت بیشتر. یادمان باشـد بعد از مهمانی از همسـر خود بابت تمام زحمات او تشـکر کنید؛ این تشـکر را در حضور فرزندان انجام دهید تا آنها نیز بیاموزند تشکر کردن یک وظیفه انسانی است.

فرزندان ما هرچه با شخصیت مثبتتری رشد نمایند در آینده از شخصیت خود و دیگران بهتر محافظت و مراقبت میکنند.

* مسافرت:

مسافرت نیز همچون خرید کردن، تعمیرات منزل، غذا پختن و پذیرایی از میهمان فرصتی است برای کارهای مشارکتی. جمع آوری وسایل مسافرت، زمان

ص:۶۵

مسافرت و طول مسیر فرصتی است که پدر خانواده با تقسیم وظایف بین فرزندان بتواند آنها را به صورت یک تیم درآورده و کار مشارکتی انجام دهند.

اگر این مسافرت با وسیله شخصی انجام شود فرصتهای بیشتری خواهید داشت. خرید کردن و محل اقامت موقت و آمادهسازی وسایل، همگی فرصتی است تا فرزندان چیزهای لازم را از والدین بیاموزند و ضمناً توانایی خود را بروز دهند؛ حتی نحوه چیدن وسایل در صندوق عقب خودرو جزء اموری است که میتوان به فرزندان یاد داد تا بیشترین استفاده را از آن فضا داشته باشند؛ ضمناً از شکستن وسایل و یا خراب شدن آن جلوگیری نمایند. نحوه تعویض چرخ اتومبیل، کنترل آب و روغن خودرو، نحوه استفاده از وسایل ایمنی خودرو و بسیاری مطالب دیگر را میتوان به فرزندان یاد داد و با کمک آنها کارهای لازم را انجام داد.

خوب است والدین خصوصاً پدر در هنگام مسافرت:

 بیشتر خوش اخلاق باشد تا فضای مسافرت صمیمیتر شود.

 مراقبت بیشتری را از اعضاء خانواد داشته باشد تا خدای ناکرده اتفاق ناگواری رخ ندهد.

 با سرعت مطمئنه رانندگی کند تا از مسیر مسافرت لذت بیشتری ببرند.

 از طرح موضوعات تنشزا خودداری نمایند تا آرامش بیشتری داشته باشند.

 همچون میزبانی دست و دلباز در خدمت اعضاء خانواده باشد تا آنها با خیال راحت احساس خوشحالی و سرور داشته باشند.

رعایت این موارد میتواند در طول مسافرت لذت سفر را دو چندان نموده و آموزش غیر مستقیمی باشد برای فرزندان تا آنها نیز بدانند که در زندگی آینده خود چگونه مسافرت خوبی داشته باشند.

و البته خوب است مادر خانواده نیز در هنگام مسافرت نکات ذیل را مدنظر داشته باشد.

ص: ۶۶

- از خریدهای غیر ضروری خودداری نماید.
- از طرح موضوعات تنشزا خودداری نماید.
- انتظارات خود را نسبت به زمان و مکان مسافرت تعدیل نماید.
- از اعتراضات گوناگون خودداری نماید.
- لوازم ضروری از قبیل چسب زخم و مایع ضدعفونی کننده همراه داشته باشد.
- مراقب فضای گفتوگوی بین فرزندان باشد تا خدای ناکرده دلخوری و تنشی بین اعضاء خانواده بهوجود نیاید.
- همکاری و هماهنگی لازم را با همسر خود داشته تا مسافرت برای همه اعضاء دلچسب و لذتبخش باشد.

لحظه لحظه مسافرت میتواند همراه با شادی و صمیمیت باشد؛ اگر ما والدین بتوانیم وظایف خود را بهدرستی انجام دهیم و تقسیم وظیفه مناسبی بین خود و فرزندان داشته باشیم.

۲. فعالیت حوزه فرزندان

اشاره

این حوزه فعالیت به فرزنـدان و کودکان ما اختصاص دارد؛ لیکن برای کارهای مشارکتی، ما والـدین میتوانیم به این حوزه وارد شده و در کار فرزندان قرار گیریم تا از این طریق بتوانیم اقتضائات بچه ها را بیشتر درک نموده و آنها نیز درک خود را از والدین افزایش دهند. برای این حوزه سه فعالیت را انتخاب نموده ایم که به توضیح هر یک پرداخته و مؤلفه های آن را بیان می نماییم.

* بازی:

وقتی ما با فرزندان بازی میکنیم در واقع احساسات آنها را با خود به اشتراک میگذاریم و این دقیقاً معنی درک کردن است.

بـازی برای کودکـان معنـای زنـدگی است و نوجوانـان به وسـیله بـازی هیجانات خود را تخلیه مینماینـد. بازی فضای تربیتی بسـیار مناسبی است که افراد بـدون در نظر گرفتن سن و موقعیت اجتماعی کنار یکدیگر قرار بگیرند و از یکدیگر چیزهای مختلفی را بیاموزند.

والدین عزیز بازی را به هیچ وجه وقت تلف نمودن و یا یک کار بی فایده تلقی نکنید. بازی برای فرزندان مهم، لازم و ضروری و برای ما بزرگسالان شادیآور و انرژی بخش است.

البته با توجه به تقسیم مسـئولیت بین والد و فرزند، بدیهی است که در طول بازی نقش مراقبتی برعهده والدین است. وقتی ما با فرزندان بازی میکنیم در واقع احساسات آنها را با خود به اشتراک میگذاریم و این دقیقاً معنی درک کردن است؛ لذا در طول بازی با فرزندان به هیچ وجه دسـتوری صـحبت نکنید، هیجانات آنها را سرکوب نکنید، از آنها انتقاد نکنید و تذکرات مربوط به رعایت نکات تربیتی را به وقت دیگری موکول نمایید. البته در صورت مشاهده خطر، به جای استفاده از الفاظ ناشایست می توانیم با یک تذکر کوچک از موضوع عبور نماییم.

بازی تمرین زنـدگی و تحمل کردن است؛ در طول زمان بازی میتوان بارها و بارها کودک شـد، احساسات فرزنـد را به زیبایی درک نمود و مانند او شاد بود و هیجان داشت، این مثل هم بودنها و مثل هم خندیدنها منجر به درک متقابل خواهد شد.

در بازی کودکان میتوان آنها را با وظایف مختلف آشنا نمود و کار تیمی را به آنها یاد داد. آنها را با سعی و تلاش آشنا کرد و استفاده از فرصتها را تمرین نمود.

بازی تمرین زندگی و تحمل کردن است.

ص: ۶۸

تحصیل فرزندان:

مشارکت والـدین در امور درسـی فرزنـدان و کمک به آنها در صورتی مؤثر است که افراط نداشـته و در حد متعادل باشد. انجام وظیفه دانشآموز توسط والدین، کمک به امور تحصـیلی فرزند نیست بلکه موجب اُفت تحصـیلی او خواهد شد؛ لذا با مشارکت منطقی و حساب شده میتوان فضایی ایجاد نمود که والدین از لحاظ روحی به فرزند خود نزدیک شوند و صـمیمیت آنها بیشتر گردد. کمک به موقع به فرزند، ارتباط مناسب با مدرسه، محل تحصیل و ارتباط با معلمین مدرسه میتواند موجب افزایش کیفیت درسی فرزند ما شود.

البته این مشارکت همراه با صـمیمیت مفیـد خواهـد بود؛ لذا والدین گرامی وضـعیت درسـی و امور تحصـیل فرزندشان را فرصتی بدانند برای مشارکت در زندگی او؛ چرا که فرزند بیشتر اوقات خود را در مدرسه میگذراند و با درس و مشق خود مأنوس است. این مشارکت چه به منظور کمک به تثبیت وضـعیت درسی او باشد، چه به منظور تشکر از کادر مدرسه، چه به منظور وضعیت عالی فرزندتان، در هر حال موجب افزایش صـمیمیت بین فرزند و والدین خواهد بود؛ آنها از گفتار و رفتار ما احساس امنیت میکنند، نه از تهدید یا ایجاد ترس، لذا بکوشـید ضمن درک صحیح شرایط فعلی فرزندمان تمام توان خود را بهکار گیریم تا او بتواند وضعیت تحصیلی مناسبی داشته باشد.

* تفریح:

تفریحـات نیز همچون بـازی میتوانـد فضـای منـاسبی را برای به اشتراک گذاشـتن احساسـات فی مـابین والـدین و فرزنـدان ایجـاد نمایـد، تفریحات شامل سـینما رفتن، گردش یک روزه، دیـدار از موزهها، شهربازی، استخر، دیدار از باغ وحش و هر چیزی است که موجب انرژیبخشی به فرزندان در بیرون از منزل انجام میگردد. تفریحات معمولاً همراه با بروز هیجانات و احساسات نهفته فرزندان است. سوار

ص: ۶۹

شدن بر قطار هوایی میتواند هیجانات خفته فرزند ما را بیدار کند و یا اینکه کودک ما با خودروی برقی در مساحتی مانند والدین خود رانندگی نماید، تأثیر شگرفی بر احساسات او خواهد گذاشت. از این رهگذر ما والدین میتوانیم ضمن غنیمت شمردن حال و هوای تفریح کودکان و فرزندان، در احساسات آنها شریک شده و کودک درون خود را نیز بیدار سازیم.

تفریحات سالم و همراه با فرزند ضمن افزایش اعتمادبه نفس آنها موجب صمیمیت بیشتر اعضاء خانواده خواهد شد؛ لذا با یک برنامه ریزی نه چندان وقت گیر می توانیم تفریح خوبی را کنار فرزندان خود داشته باشیم و در احساسات آنها شریک گردیم.

تفریحات سالم و همراه با فرزند ضمن افزایش اعتمادبه نفس آنها موجب صمیمیت بیشتر اعضاء خانواده خواهد شد.

والدین عزیز! شراکت کودکان در حوزه فعالیتهای والدین و شراکت والدین در حوزه فعالیت کودکان، هر دو مثمرثمر خواهد بود؛ البته برای ایجاد درک مشترک والد و فرزند لازم است در این فضای مشارکتی احساسات هر دو طرف به طرف مقابل انتقال یافته و مفاهیم ذهنی مورد نظر بین آنها رد و بدل گردد. از جمله اینکه:

 کار مشارکتی از کار فردی لذتبخشتر است.

 کار مشارکتی جمعپذیری افراد را تقویت مینماید.

 کار مشارکتی در محیط خانواده موجب صمیمیت افراد میگردد.

 کار مشارکتی احساسات مثبت را به اشتراک میگذارد.

 در کار مشارکتی تک تک افراد در مقابل یکدیگر مسئول هستند.

 در کار مشارکتی هر کسی وظیفه خاصی را به عهده دارد و به دیگران نیز

کمک میکند.

 کار مشارکتی تلاش همه را به هدفی واحد سوق میدهد.

 کار مشارکتی صبر و تحمل افراد را افزایش میدهد.

 در کار مشارکتی همیشه چیزهای جدیدی را میآموزیم.

 کار مشارکتی یعنی تمرین مماشات با دیگران.

 کار مشارکتی، والدین و فرزندان را متعادل مینماید.

لذا از کار مشارکتی با فرزندان بهره لازم را باید برد و از تبعات مفید آن برخوردار شد؛ ما والدین همیشه نیازمند روابطی صمیمی با فرزندان هستیم تا بتوانیم در مسیر تربیت آنها از موفقیت لازم برخوردار باشیم.

توجه!

سه مؤلفه یاد شده یعنی:

۱. بازی

۲. امور تحصیلی فرزندان

۳. تفریح

ظاهراً در قسمت وقت گذاشتن برای فرزندان نیز آورده شده بود؛ لذا با مطالعه دوباره و مقایسه این دو مورد، تفاوت هر یک را جداگانه یادداشت کنید...

.

ص: ۷۱

بخش دوم: درک کردن یعنی چه؟

درک کردن یعنی چه؟

درک کردن یعنی توانایی فهم و دریافت حس مشابه طرف مقابل.

درک کردن یعنی توانایی فهم و دریافت حس مشابه طرف مقابل؛ وقتی شخصی به شما می گوید من را درک نمیکنی یعنی در حال حاضر، من حسی در وجودم دارم که تو آن را احساس نمیکنی.

مثلاً شخصی که عزیزی را از دست داده باشد، به کسانی که شرایطی مانند او دارند می گوید شما من را درک میکنید؛ یعنی حس ناخوشایند مشابه من را دارید.

مهمترین سؤالی که بعد از تعریف درک کردن مطرح میشود این است که چرا داشتن یا نداشتن حس مشابه در تعاملات بین انسانها مهم است؟

نداشتن حس مشابه در حین یک رابطه یعنی نشان دادن واکنشهایی که به مذاق طرف مقابل خوشایند نباشد و از مشاهده آنها ناراحت شده، در نتیجه به کاهش یا قطع ارتباط با شخصی که احساسات او را درک نمیکند، اقدام نماید.

داشتن حسی شبیه به حس طرف مقابل، بدین معنا است که شخص واکنش هایی از خود به نمایش می گذارد که خوشایند شخص مقابل خود باشد.

ص: ۷۵

به بیان صریحتر، درک کردن افراد به معنای بروز واکنشهای مناسب و صحیح در هنگام تعامل با آنها است و عدم درک درست از احساسات درونی یک فرد در برقراری ارتباط، مساوی با داشتن واکنش های نامناسب در آن زمان است.

وقتی شخصی به شما می گوید من را درک نمیکنی یعنی در حال حاضر، من حسی در وجودم دارم که تو آن را احساس نمیکنی.

به عنوان مثال:

همه میدانیم که شرکت در مجالس ترحیم اصول و قاعده خاص خود را طلب میکند، لذا تمامی شرکت کنندگان باید تلاش نمایند که چنین اصولی مانند پوشیدن لباس مشکی یا تیره، داشتن ظاهری محزون و آرام، استفاده از کلمات و جملاتی که باعث تسلی خاطر افرادی که عزیزی از دست دادهاند را رعایت کنند، تا با حالات و روحیات آنها در آن لحظات همراهی کرده باشند.

حال تصور نمایید که در یک مجلس عزاداری شخصی وارد شد که بیتوجه به حال و هوای آن مراسم با صدای بلند صحبت میکند و گاهی نیز میخندد، اصلًا شرایط و موقعیت دوستان یا خویشاوندان عزادار را درک نمیکند. قطعاً رفتار این فرد، دیگر حاضرین در مجلس را معذب و ناراحت خواهد کرد، زیرا داشتن حال و هوایی شاد و خوشحال در جمعی که همه محزون و ناراحت هستند، نشان دهنده عدم وجود درک موقعیت از سوی شخصی است که چنین رفتاری را از خود به نمایش می گذارد.

در بسیاری از مواقع عدم درک صحیح موجب قطع ارتباط طرفین یا قطع ارتباط از سوی یک طرف خواهد شد.

ص: ۷۶

بنابراین وقتی درک در تعاملات بین فردی وجود نداشته باشد و واکنش متناقضی پیش آید، نه تنها برقراری ارتباط میسر نمیشود، بلکه در کنار هم قرار گرفتن افرادی که درک درستی از هم ندارند، آزار دهنده نیز خواهد بود؛ لذا در بسیاری از مواقع عدم درک صحیح موجب قطع ارتباط طرفین یا قطع ارتباط از سوی یک طرف خواهد شد.

نکته!!

همانطور که در ابتدای تعریف درک ذکر شد، درک کردن یعنی "توانایی" دریافت حس مشابه طرف مقابل؛ البته مبنای توانمند بودن، دانستن است؛ یعنی هر شخص، تا در مورد موضوعی اطلاع و آگاهی نداشته باشد، نمیتواند راجع به آن توانمند شود. به همین دلیل است که همواره گفته میشود "توانا بود هر که دانا بود".

بنابراین همواره قبل از توانایی، دانایی وجود دارد و تا دانایی نباشد، توانایی بهوجود نمیآید؛ در خصوص درک کردن نیز موضوع بههمین صورت است. در تعاملات بین فردی، اشخاص ابتدا باید روحیات همدیگر را بهخوبی بشناسند تا توانایی درک رفتارها، احساسات و عواطف طرف مقابل خود را داشته باشند.

شناخت طرف مقابل توانایی درک احساسات طرف مقابل

درک کردن فرزندان توسط والدین، یعنی پدر و مادر حال کودک خود را بدانند، احساسات او را بشناسند و اطلاعات کاملی در مورد او و هیجاناتش داشته باشند.

پس اگر والدین خدای ناکرده! با فرزندان خود به گونه ای رفتار نمایند که حکایت از عدم وجود درک در روابط بین آنها داشته باشد، کودک یا نوجوان از

بودن کنار آنها نه تنها احساس لذت نمیکند بلکه معذب نیز خواهد بود؛ لذا از والدین فاصله می گیرد.

از جمله سؤالاتی که با نظر به توضیحات فوقالذکر به ذهن انسان خطور میکند این است که مثلاً:

 آیا فرزند به نصیحتهایی که همراه با توهین و تحقیر است اهمیت میدهد؟

 آیا کسی به صحبتهای شخصی که در مراسم سوگواری بیتوجه به حال اطرافیان میخندد و حرف میزند، اهمیت میدهد؟

بر همین اساس نیز در صورت عدم وجود درک متقابل در بین اعضاء خانواده، اعمال روش تربیتی صحیح غیر ممکن می گردد.

بنابراین جایگاه درک در مسائل تربیتی، در همین نقطه ظهور و بروز پیدا میکند. فقدان تعیین جایگاهی برای درک در محیط خانواده، اساساً مانع شکل گیری مسیر تربیتی فرزندان می شود و اتخاذ هر روش تربیتی در چنین شرایطی از سوی والدین، قطعاً روشی منفی خواهد بود.

والدین باید بتوانند با ورود به خواستههای درونی فرزندان خود، مسیر تربیتی صحیحی را برای آنها در پیش گیرند. اما در ابتدای امر لازمهٔ ورود به دنیای کودکان و نوجوانان آشنایی با دو موضوع مهم است؛ در حقیقت کودکان بهطور همزمان در دو دنیا زندگی میکنند (البته تمامی انسانها اینگونهاند اما روی صحبت ما در این نوشتار با کودکان است):

 جهان تخیلات

 جهان واقعیات

در زندگی تمامی انسانها این دو جهان وجود دارد؛ در حقیقت همه ما دنیای تخیلاتی داریم که همواره در ذهن ما است و دنیای واقعیاتی که در آن زندگی روزمره خود را می گذرانیم.

ص: ۷۸

بههمین دلیل اگر پدر و مادری بتوانند از دنیای تخیل و واقعیات فرزندان خود مطلع شوند، میتوانند در شرایط مختلف، واکنشهای متناسب با آن را برای فرزندشان به نمایش گذارند؛ زیرا توانایی درک درست فرزند خود را بهدست آوردهاند. بنابراین با توجه به اهمیت این دو دنیای متفاوت به شرح هر یک میپردازیم.

جهان تخیلات فرزندان

فرزند ما با هر جنسیتی، دارای تخیلاتی است که همچون دنیای واقعی بزرگسالان قواعد و قوانین خاص خود را دارد. فرزندان، دنیای تخیل خود را دوست دارند و ساعتهای زیادی را در آن زندگی میکنند.

در این دنیا بهترین مادر بودن، پدر بودن، همسر بودن، پرستار بودن و انواع نقشها را برای خود تصور نموده و به اجرا میگذارند. حتی آنها در این دنیا برای والدین خود پدر و یا مادر میشوند!

فرزندان پسر سعی میکنند تخیلات خود را به واقعیت تبدیل نموده و آن چیزی را که در ذهن دارند بسازند و به صورت قابل لمس درک نمایند.

لذا دنیای تخیل فرزندان از اهمیت بسیار ویژهای برخوردار است. خصوصاً فرزندان پسر که سعی میکنند تخیلات خود را به واقعیت تبدیل نموده و آن چیزی را که در ذهن دارند بسازند و بهصورت قابل لمس درک نمایند.

مؤلفههای زیر دنیای تخیلات را تشکیل میدهند که پدران و مادران با بررسی آنها در وجود فرزندان خود میتوانند شناخت درستی از تخیلات آنها به دست آورند:

ص: ۷۹

*فرزندم به چه چیزهایی در زندگی امیدوار است؟

امیدواری بدین مفهوم است که فرزند موضوعاتی را برای خود فرض میکند و با تصور و مشاهده آن فرضیات، نسبت به آینده خوشبین میشود.

امیدواری بدین مفهوم است که فرزند موضوعاتی را برای خود فرض میکند و با تصور و مشاهده آن فرضیات، نسبت به آینده خوش بین میشود.

امیدواریهایی چون:

- پدر ثروتمند
- دعای والدین برای فرزند
- مادر تحصیل کرده
- ضریب هوشی بالا
- تلاش و پشتکار بسیار در تحصیل
- سلامتی
- زیبایی
- ورزش
- موفقیت شغلی والدین

این موارد میتواند از جمله امیدواری های کودکان ما باشد.

البته ممکن است فرزندان ما به امور کاملاً واهی امید بسته باشند و با تصور یک مفروض غیر واقعی، خیال پردازی نمایند.

بنابراین آگاهی والدین نسبت به امیدواری های فرزندشان بسیار حائز اهمیت است. آنها باید به خود رجوع نموده و از خود بپرسند که آیا میدانند فرزندشان به چه مسائل و موضوعاتی امیدوار است؟!

ص: ۸۰

همچنین جستوجوی والدین برای رسیدن به پاسخ این سؤال در وجود فرزندشان از این منظر نیز مهم جلوه میکند، که اگر آنها دریابند امیدواریهای کودک خود را، چه موضوعات و مسائلی تشکیل میدهد، در حقیقت میدانند چه چیزهایی به او انگیزه میدهد؛ انگیزه موتور حرکتی هر آدمی است، چه بزرگسال و چه کودک.

انسان فاقد انگیزه، یعنی کسی که وجودش از موتور حرکتی که برانگیزاننده او برای تلاش، کوشش و ادامه مسیر زندگی باشد، خالی است.

انگیزه موتور حرکتی هر آدمی است، چه بزرگسال و چه کودک.

برای از پا انداختن یک انسان بزرگسالِ تلاش گر و با هدف در زندگی، کافی است امیدهای او را از او بگیرید، در این شرایط مشاهده خواهید کرد که در کوتاهترین زمان ممکن از تلاش و جنب وجوش دست برمیدارد، بی حوصله و بیرغبت بر جای خود می ایستد و دیگر حرکتی رو به پیشرفت نخواهد داشت.

مثال:

خانمی را تصور نمایید که قرار است میزبان یک مهمانی باشد؛ از چند روز قبل از زمان مشخص شده تا روز موعود، او مدام در جنب وجوش و حرکت برای تدارک مهمانی است تا همه چیز عالی و مرتب باشد.

در حقیقت برگزاری یک مهمانی خوب، به دور از هرگونه کم و کاستی و ایجاد رضایت خاطر برای مدعوین، انگیزه میزبان میشود و او برای رسیدن به آن به تلاش و کوشش واداشته میشود. حال کافی است در حین تهیه و تدارک وسایل مورد نیاز مراسم، به او اطلاع دهند که به دلایلی مهمانی لغو گردیده است و افرادی که دعوت شدهاند، نمیتوانند در مراسم شرکت نمایند.

در این شرایط خانمی که تا دقایقی قبل، لحظهای بر جای خود نمینشست و آرام و قرار نداشت، در عرض چند ثانیه از حرکت و جنبوجوش میایستد و ادامه کارهای مربوط به آن مهمانی را رها میکند؛ زیرا دیگر دلیلی برای آن همه تلاش و کوشش نمیبیند.

عدم انگیزه بهمعنی ناامیدی و رخوت در زندگی است.

ابعاد دیگر زندگی انسان در بحث امید و امیدواری نیز دقیقاً شبیه به همین مثال ساده است. همه ما انسانها در هر سنی تا زمانیکه در وجود خود انگیزه داشته باشیم، امیدوار و تلاشگر خواهیم بود؛ عدم انگیزه به معنی ناامیدی و رخوت در زندگی است.

پس ضروری است که والدین از خود بپرسند فرزند آنها به مقتضای سن خود به چه موضوعات و مسائلی امیدوار است؟

برای رسیدن به پاسخ این سؤال نیز لازم است رفتار، روحیات و خواستهای او را زیر نظر بگیرند تا امیدهای مثبت را تقویت و امیدهای منفی را از تصورات او دور نمایند.

به عنوان نمونه، محبت والدین میتواند برای فرزند بسیار مهم باشد؛ پس میزان محبت پدر و مادر به فرزند، انگیزهای برای تصمیمگیری و اقدام به فعالیت میشود. در این شرایط کافی است فرزند شما بداند کاری که تصمیم به انجام آن را گرفته است، ناراحتی شما را بهدنبال دارد، پس از انجام آن صرفنظر خواهد کرد؛ یا اینکه مطلع باشد چه کارهایی میتواند باعث خوشحالی پدر و مادر شود تا همین خوشحالی آنها موتور حرکتی شود برای انجام دادن آن کارها، در این موقعیت والدین با آگاهی از موضوع، میتوانند این رفتار مثبت فرزندشان را محافظت نمایند.

ص: ۸۲

لذا بهطور کلی، پیشنهاد ما به والدین گرامی این است که امیدواریهای مثبت فرزندان خود را در خانواده و در بین اعضاء آن تبیین و تقویت نمایند.

بهطور مثال:

 به آنها بگویند به سعی و تلاش خود در درس خواندن امید داشته باشند.

 از اینکه متعلق به این خانواده هستند و پدر و مادر همیشه در کارها به آنها کمک میکنند امید داشته باشند.

 با توجه به اینکه فرزند با اخلاق و مؤدبی است امیدوار باشد که در آینده از روابط اجتماعی خوبی برخوردار خواهد شد.

 به دلیل اینکه شخص موحد و خداشناسی است و در کارها همواره به خداوند متعال توکل میکند امید داشته باشد؛ زیرا خداوند فردی را که به او توکل میکند را هرگز نا امید نمیکند.

با در پیش گرفتن این روش، از سوق دادن امیدواریهای فرزندتان به بیرون از محیط خانواده و بهسمت امور تخیلی جلوگیری مینمایید. لذا دیگر فرزند شما منتظر نمیماند با بهوقوع پیوستن فلان اتفاق در جامعه، زندگی و آینده او نیز دچار تغییرات مثبت شود یا با برنده شدن در بلیط بختآزمایی، قرعهکشی بانک و پیدا کردن گنج، زندگی موفقی داشته باشد. چنین امیدواریهایی، از وهمیات منفی نشأت میگیرند.

بنابراین امیدهای فرزندان را به درون خانواده متمایل کنید، قسمت اعظم آن را معطوف به خود آنها و بقیه را بین دیگر اعضاء خانواده تقسیم نمایید. بدین صورت فرزندان به این موضوع آگاهی پیدا میکنند که در ابتدا این خودشان هستند که باید برای رسیدن به اهداف آینده تلاش نمایند و در این بین با توکل بر خداوند متعال میتوانند روی کمک اعضاء خانواده خود نیز حساب کنند.

ص: ۸۳

آرزوهای فرزند من در زندگی چیست؟

این جمله بسیار قابل لمس است: "کسی که آرزوهای من را میداند، میتواند من را درک کند."

پس لازم است که والدین از آرزوهای فرزند خود آگاه باشند؛ در شرایط شناخت متوسط از فرزند، شما والدین باید سه آرزوی اولیه فرزندان خود را بدانید و یا حداقل در جریان یک آرزوی اصلی که ذهن او را به خود مشغول کرده است قرار گیرید. پدر و مادری که از آرزوهای فرزند خود آگاهی دارند، در بسیاری موقعیتها با آرزوهای او بازی نمیکنند یا آنها را مورد تمسخر و اهانت قرار نمیدهند؛ بلکه در اکثر مواقع تلاش میکنند به آرزویی که در فکر او است قوت بخشند، آن را تقویت و اصلاح کنند و یا رشد دهند. والدین مسئول میدانند که با برنامهریزی و تلاش میتوانند آرزوهای آنها را به هدف تبدیل نمایند.

کسی که آرزوهای من را میداند، میتواند من را درک کند.

هنگامیکه فرزندان مشاهده کنند که بین آرزوی آنها و گفتار و رفتار والدین در خصوص آن خواسته و آرزو، ارتباط مثبتی برقرار است، حس بسیار بهتری نسبت به آنها خواهند داشت؛ زیرا به این نتیجه میرسند که والدین بهخوبی آنها را میفهمند و درک مینمایند.

اما بیاطلاعی والدین از آرزوهای فرزندان بدین معنا است که حداقل والدین و بچهها از مصاحبت با یکدیگر لذت نمیبرند و ارتباط منفی با هم دارند. در نظر داشته باشید که آرزوهای فرزندان، خصوصاً در دوره دبستان، بیشتر از اهدافشان است و نمیتوان انتظار زیادی از اهداف آنها داشت.

ص: ۸۴

نکته!!

ضروری است بـدانیم که آرزو با هدف یک تفاوت اساسـی دارد، در واقع تفاوت اصـلی آرزو با هدف این است که در آرزو برنامهریزی وجود ندارد، اما در هدف برنامهریزی وجود دارد؛ یعنی اشـخاص عمدتاً برای رسیدن به هدف برنامهریزی دارند، اما برای دست یافتن به آرزوهای خود برنامهای تعریف نمیکنند، فقط آن را تصور نموده و هیچ تلاشی برای بهدست آوردن آن ندارند.

جنس هدف، تلاش و برنامهریزی است و جنس آرزو، تصور و تخیل.

پس جنس هـدف در واقع تلاش و برنامهریزی است و جنس آرزو، تصور و تخیل؛ هرچه کودک به دوره بزرگسالی نزدیک میشود از آرزوهای او کاسـته شـده و به اهداف او افزوده میشود یا اینکه قاعدتاً باید اینگونه باشد!

فرزند من از چه چیزهایی میترسد و یا حتی وحشت دارد؟

یکی از نعمتهای الهی که میتوان از آن نام برد و متأسـفانه بسـیاری از انسانها از آن آگاهی ندارنـد "ترس" است؛ ترس نعمتی است که سـبب میشود انسانها با بهرهمندی از آن در مقابل آسـیب رساندن به خود، خانواده، اطرافیان و اجتماع دوری نماینـد. اثرگذاری این نعمت تا آنجایی است که میتواند بهعنوان مانعی در تخریب اهداف و برنامههای آینده افراد، عمل نماید و در واقع نقش یک حامی را داشـته باشد.

ترسیدن مساوی با از بین رفتن زمینه های اعتمادبه نفس در وجود فرزندان است.

ص: ۸۵

در حقیقت استفاده صحیح و به موقع از نعمت الهی ترس، باعث رشد و محافظت از انسان میشود، اما بهکارگیری نامتعارف و نابهجا از آن قطعاً برای تلاش و اراده انسان آسیب زا خواهد بود.

بنابراین ترس را میتوان به دو گونه مثبت و منفی تقسیم نمود؛ بهطور مثال ترس از بهخطر انداختن جان خود و دیگران، ناراحت کردن و شکستن دل دیگران، ریختن آبروی افراد، ترس مثبت و ترس از تاریکی یا آینده، ترس منفی تلقی م یشود.

مهم است هر انسانی بداند از این احساس درونی خود در چه موقعیتهایی میتواند استفاده نماید و در چه شرایطی مجاز به استفاده از آن نیست.

انتقال مجموع این آگاهی ها به کودکان برعهده والدین است که توضیح آن در زیرمجموعه مبحث دنیای تخیلات فرزندان قرار میگیرد.

اینکه فرزندان شما در چه زمینههایی هراس دارند، بسیار مهم است، چرا که ترسیدن مقدمه ای برای ضعیف شدن و شروعی برای شکست خوردن است. در واقع ترسیدن مساوی با از بین رفتن زمینههای اعتمادبه نفس در وجود فرزندان است. والدینی که از ترسهای فرزند خود آگاه باشند، میتوانند در جهت از بین بردن آنها و تقویت هرچه بهتر و بیشتر روحیه فرزند خود، اقدامات لازم را انجام دهند.

قدم اول این است که والدین ترسهای فرزندان را شناسایی نمایند و سپس در راستای حذف یا تأیید آنها اقدامات مقتضی را انجام دهند.

یکی از شایعترین ترسهای منفی در بین کودکان خصوصاً در سنین دبستان، ترس از مرگ والدین است؛ اساساً بچه ها در این سن والدین را ولینعمت خود می دانند که تمامی اتفاقات با وجود آنها ممکن خواهد شد. فرزندان در این سنین والدین خود را ابر انسان میدانند که قادرند هر کاری را انجام دهند و هر امکاناتی را برای آنها فراهم نمایند.

ص: ۸۶

این دوره سنی زمانی است که کودکان مرگ را تا حدودی می فهمند و اولین نکتهای که در این حوزه به ذهنشان خطور میکند، شرایطی است که پدر یا مادر را از دست بدهند؛ فرض میکنند که اگر یکی از آنها فوت شود، چه اتفاقی برای آنها رخ خواهد داد؟ هیچ تصوری از دنیای بدون پدر یا مادر ندارند، بنابراین دنیایی کاملاً تاریک مقابل چشمان آنها ظاهر میگردد، دنیایی که درکی از آن نداشته و از آن میترسند.

لذا در این شرایط شروع میکنند به سؤال کردن تا به پاسخی برسند و درکی از این همه تاریکی برای آنها بهوجود آید. کودکان ما در این موقعیت پاسخگویی به سؤالات در مورد مرگ والدین را نیز برعهده آنها میگذارند، زیرا والدین همواره اشخاص امن و قابل اعتمادی برای فرزندان هستند. مثلاً فرزند خود را در سن سه سالگی بهخاطر آورید، هنگامیکه با او به هر دلیلی دعوا میکردید مجدداً به آغوش شما پناه میآورد؛ یعنی کسی که او را تنبیه کرده بود باز هم برایش محل و مأوای امن محسوب میشد.

بنابراین کودک با ترس از دنیای سیاه و مبهم بدون پدر و مادر، به والدین پناه میبرد و مثلاً از مادر میپرسد:

 اگر تو بمیری من چه کار کنم؟

 یا وقتی تو نباشی چه اتفاقی برای من خواهد افتاد؟

پاسخ به این سؤالات با توجه به روحیات هر کودکی متفاوت است؛ اما بهتر است والدین جواب کودک را به صورت مثبت بدهند؛ یعنی بگویند من از خدا خواستم تا زمانیکه تو پدربزرگ و مادربزرگ شوی پیش تو باشم.

این گونه پاس خدهی به سؤالات کودکان مثبت بوده و اثربخشی امیدوار کننده ای را در روحیه کودک تقویت می نماید. درخواست از خدا برای بودن در کنار فرزند و انتقال این موضوع به آنها، سبب می شود تصویر ذهن کودک از سیاهی مرگ پاک شود و تا مدتها در ذهن او اثری از آن نباشد.

ص: ۸۷

ترس از تاریکی، کسب نمره پایین، ترس از پدر، ترس از دعوای پدر و مادر، تصادف با اتومبیل و بسیاری موارد دیگر از جمله ترسهای منفی و شایع در بین فرزندان بهشمار میآید.

منشأ بعضی ترسها میتواند وراثتی و ژنتیکی باشد. در این مورد میتوان اینگونه فرد را راهنمایی کرد که "تو میتوانی بترسی، اما میتوانی ترس خود را کنترل کنی".

توجه!

متأسفانه هستند والدینی که در جریان ترسهای فرزند خود قرار دارند و بهجای از بین بردن آن، از آنها بهعنوان ابزار و حربهای در ارتباط با او استفاده میکنند؛ یعنی در موقعیت های مختلف از ترسهای فرزند خود به عنوان ابزار رسیدن به نتیجه مورد نظرشان استفاده می نمایند؛ اصطلاحاً کودک را میترسانند!

یادتان باشد کسی که دیگران را میترساند آدم قابل اعتمادی در نظر اطرافیان جلوه نمیکند؛ پس وقتی فرزندتان را میترسانید منتظر باشید تا اعتمادش نسبت به شما سلب شود و هرگاه برای او حامی بودید، انتظار داشته باشید که او به شما اعتماد کند.

کسی که دیگران را میترساند آدم قابل اعتمادی در نظر اطرافیان جلوه نمیکند.

حساسیت فرزندان در مورد حقوق دیگران، نگرانی از خراب کردن وسایل دوستان خود و ترس از ناراحت کردن آنها ترس مثبت محسوب می شود که والدین باید این نوع ترس در فرزندشان را مورد هدایت قرار دهند؛ و در عین

حال به او آموزش دهند که چگونه میتواند کار خود را به درستی انجام دهد تا نیازی به ترسیدن نباشد.

بایـد یادآور شد که بعضـی از ترسـهای آنها در مورد والدین مطلوب بهنظر میرسد. بهعبارت بهتر، ترس فرزندان از انجام رفتاری خطا یا دور از ادب در مقابل پدر و مادر "ترس مثبت" محسوب میشود و با "ترس منفی" که ناشی از رفتار خشن والدین است بسیار تفاوت دارد.

مثال:

گاهی فرزنـدان از دراز کشـیدن در حضور پـدر و مادر اجتناب مینماینـد یا هنگام ورود آنها از جای خود بر میخیزنـد؛ چنین رفتاری از سوی بچهها در مقابل والدین، قطعاً ناشـی از هراس و وحشت از آنها نیست، بلکه والدین آنقدر برای فرزندان خود عزیز و محترم هستند که آنها مدام سعی دارند رفتاری آزار دهنده یا دور از شأن والدین از خود بروز ندهند.

لذا ممکن است واکنش سریع آنها شبیه به ترسیدن باشد؛ بنابراین تشخیص ترس و عکس العمل مناسب والدین میتواند بسیار کارساز باشد.

به طور کلی ضـروری است مجموع رفتارهای هراسانگیز فرزندان از سوی والدین شـناسایی و توضـیح داده شود و اگر پدر و مادر در این حوزه توانایی و دانش کافی نداشته باشند، بهتر است از یک مشاور یا روانشناس کمک گیرند تا ترسهای فرزند خود را بررسی و تعدیل نمایند، واقعی و غیر واقعی بودن آنها را از یکدیگر جدا نموده و به توضیح و تفسیر هر یک از آنها بپردازند.

شناخت کامل ترسهای فرزندان باعث میشود والدین یکی از عاملهای عدم موفقیت آنها را دریابند و در جهت برطرف نمودن آن گام بردارند. اما آگاهی نداشتن از این موضوع ممکن است باعث شود که والدین با تقویت ترسهای فرزندان، خود عاملی در عدم موفقیت آنها شوند.

ص: ۸۹

فرزندم از چه چیزهایی بیزار است؟

شناخت بیزاریها از دیگر موارد مهمی است که در درک دنیای تخیلات فرزندان به والدین کمک شایانی مینماید. بیزاری از یک نوع غذا، بگومگوهای پدر و مادر، تذکر شنیدن در مهمانی، تبعیض بین فرزندان و مهمانی رفتن از جمله مواردی هستند که میتوانند حس بیزاری را در شخص برانگیزانند.

به طور کلی میتوان گفت تمامی کودکان نیز مانند بزرگسالان حق دارند از بعضی موضوعات و مسائل حس انزجار داشته باشند.

لذا والدین نیز موظف اند بیزاریهای فرزند خود را دریابند و با تفکیک نمودن آنها، به فرزند خود بیاموزند چه موضوعات و مواردی جزء حقوق او است و چه موضوعاتی جزء حقوق او نیست؛ پس کودکان حق دارند از برخی موارد بیزار باشند و قاعدتاً انزجار آنها از بعضی مسائل نیز اساساً بیمورد است .

در حقیقت یکی از مواردی که باعث صدمه زدن به روحیات مثبت فرزندان میشود، عدم آگاهی آنها نسبت به حوزه تفکراتی است که وارد آن می شوند. بسیاری از کودکان ما ذهن خود را درگیر فکر کردن به موضوعاتی میکنند که اساساً به آنها ارتباطی ندارد، البته این موضوع در مورد بزرگسالان نیز صادق است. مثلاً فکر کردن به اینکه همسایه آنها برای خرید اتومبیل جدید خود چقدر و چطور هزینه کرده است؟!!

تمامی کودکان نیز مانند بزرگسالان حق دارند از بعضی موضوعات و مسائل حس انزجار داشته باشند.

وجود چنین رفتاری در هر شخص، گاهی از کودکی او سرچشمه میگیرد. بهتر است از همان سنین کودکی به هر فردی آموزش داده شود که اساساً پرداختن به بسیاری از موضوعات جزء حیطه اختیارات آنها نیست؛ لذا لزومی ندارد در آن

ص: ۹۰

حوزه ها دخالت کنند؛ باید این مطلب در ذهن آنها نهادینه شود و از همان دوران فکر خود را از موضوعات بیهوده تخلیه نمایند.

چرا که بسیاری از این تفکرات به روحیه ما صدمه زده و حتی بعضی از آنها از نظر خداوند متعال گناه است!

به آیه ۱۲ سوره حجرات دقت فرمایید:

(یا اَیُّهَا الَّذینَ ءامَنُوا اجتَنِبُوا کَثیراً مِنَ الظَّنِّ اِنَ بَعضَ الظَّنِّ اِثمٌ...)

ای کسانی که ایمان آوردهاید! از بسیاری گمانها بپرهیزید، چرا که پارهای از گمانها گناه است...(۱)

بر همین اساس شناخت بی زاریهای فرزندان توسط والدین، تفکیک آنها به مربوط یا نامربوط بودن این حس در بچهها، از همان کودکی باعث میشود ذهن آنها در مسیر درست هدایت شود و در مراحل بعدی زندگی نیز از فکر کردن و ابراز نظر در هر مسأله ای اجتناب نمایند.

مثلاً گاهی اوقات بچه ها از یک نوع غذا بیزار هستند، این مورد طبیعی است زیرا هر آدمی میتواند بعضی غذاها را دوست داشته باشد و چند غذا نیز مورد پسند او نباشد. اما در مواردی که کودک یا نوجوان وارد موضوعاتی میشود که جزء حقوق او نیست، والدین موظف هستند فرزندان را آگاه سازند تا آنها دریابند در جایگاهی قرار گرفته اند که مناسب آنها نیست و به حریم کسی دیگر وارد شدهاند.

گاهی اوقات والدین هنگام بررسی موارد بیزاری فرزند خود با رفتارهای

۱- حجرات /۱۲

عجیبی روبهرو میشونـد؛ مثلاً در حالت طبیعی همه انسانها از تعریف و تمجیـد لذت میبرند، اما هسـتند بچههایی که به والدین خود میگویند در خانواده یا در جمع فامیل و دوسـتان از من تعریف نکنید، این کار را دوست ندارم!! در حالت کلی چنین رفتاری طبیعی نیست و باید توسط مشاور یا روانشـناس بررسی گردد تا علت و منشأ این رفتار کودک کشف شود. اما اگر سؤال شود که این رفتار جزء حقوق او هست یا نه؟! باید بگوییم که بله هست، هر چقدر هم عجیب باشد اما شخص میتواند از والدین خود بخواهد از او تعریف و تمجید نکنند.

در موقعیتی دیگر پدر و مادر متوجه میشوند فرزند آنها از بعضی رفت و آمدها بیزار است، مثلاً رفتن به خانه دایی را دوست ندارد! اما از معاشرت با خانواده عمو خوشحال میشود.

در این موقعیت بایـد به جسـتوجوی علت این رفتار پرداخت؛ به این معنا که شاید بررسـی پدر یا مادر نشان دهد، دایی یا پسـر دایی، فرزندشان را با صـحبتها یا رفتارهای خود آزار میدهند، اما در خانه عمو این اتفاق رخ نمیدهد. در این شرایط والدین باید از قرار دادن فرزند خود در چنین فضایی اجتناب نمایند.

زیرا به این موضوع پی میبرنـد که بر اثر رفتارهـای یکی از اقوام، فرزنـد آنهـا از قرار گرفتن در کنار آن شـخص آزرده خاطر میشود و از جمعی که او در آن قرار دارد دوری مینمایـد. در چنین موقعیتهایی والدین باید تصمیم بگیرند که چه کاری انجام دهند تا فرزندشان اوقات خوشی را داشته باشد.

پس اگر فرزنـد آنهـا از قرار گرفتن در موقعیتی بیزار است و آنها از این موضوع باخبر هسـتند، نبایـد دوباره او را در آن موقعیت قرار دهنـد، بهعبارت بهتر والـدین نبایـد برای فرزنـد خود موقعیت و شـرایط بیزاری را تکرار نمایند.

بسـیاری از موقعیت ها و موارد نیز وجود دارد که ذاتاً خوب و مفیـد بوده، اما بچهها از آنها منزجر هسـتند؛ مثلاً دانش آموزی که درس خوانـدن را دوست نـدارد؛ آگاهی از چنین مواردی نیز برای والـدین لازم است و باید به آن توجه ویژه ای

داشته باشند تا با کمک مشاور راه حل مناسبی پیدا کنند.

اما به طور کلی و جدا از تمامی موقعیتهای متفاوتی که ممکن است حس انزجار و بیزاری را در فرزندان شما برانگیزاند، لازمه اول برای شناسایی بیزاریها و اتخاذ راه حل مناسب برای آنها، تفکیک موضوعات است؛ والدین باید نوع و جنس بیزاری فرزند خود را بشناسند.

والدین گرامی!

اعضاء خانواده در محیط خانه مانند چرخدندههایی هستند که کنار همدیگر میچرخند، اگر یکی از چرخها از موقعیت خود خارج شود نه تنها به خود آسیب میزند بلکه به چرخدندههای دیگر نیز آسیب وارد نموده و مانع حرکت آنها میشود. حفظ این موازنه برعهده والدین است که چرخ دنده های اصلی خانواده هستند!

اما متأسفانه در بعضی از خانواده ها، فرزند در جایگاه مناسب خود قرار ندارد، مثلاً فرزند در مورد رنگ لباس، رنگ مو و سایر امورات شخصی مادر نظر میدهد.

در برخی خانوادهها نیز، پدر یا مادر در جایگاه مناسب خود قرار ندارند و با گفتار و رفتار ناپسند، مورد احترام و اعتماد فرزندان نیستند. در صورتی که اگر اعضاء خانواده هر کدام از وظایف خود آگاه باشند، قطعاً در جایگاه مناسب خود قرار خواهند گرفت و روابط و تعاملات آنها همراه با احترام خواهد بود و هر یک از رشد شخصیتی مناسبی برخوردار خواهد شد.

والدین گرامی!

اگر میخواهید بدانید فرزند شما در سالهای آتی و پیش روی خود چه عملکردی خواهد داشت، از دوران کودکی، خصوصاً از پنج سالگی به بعد دقت نمایید تا دریابید او به چه موضوعاتی می اندیشد؛ یکی از عمده ترین راه های

ص: ۹۳

دستیابی به تفکرات فرزندانتان، آگاهی از چهار مؤلفه ذکر شده خواهد بود.

تمرکز بر این موضوع زمانی حائز اهمیت خواهد بود که درمی یابیم به صورت حیرت انگیزی، بسیاری از والدین از تفکرات فرزندان خود کاملاً بیاطلاع میباشند!!!

اگر می خواهید بدانید فرزند شما در سالهای آتی و پیشروی خود چه عملکردی خواهد داشت، از دوران کودکی دقت نمایید تا دریابید او به چه موضوعاتی میاندیشد.

حال آنکه دانش والدین از موارد و جزئیات تشکیل دهنده دنیای تخیلات کودکان باعث می شود در بسیاری از موقعیت های تعاملی با فرزندان خود، بر رفتار آنها کنترل داشته باشند.

در این شرایط است که دیگر نیازی به بحث و مذاکرات طولانی و چانهزنی بر سر بسیاری از موضوعات ندارند، فقط کافی است از دانش خود در مورد فرزندشان کمک گیرند و برای رسیدن به نتیجه مطلوب اندکی در افکار و اعتقاد آنها مشارکت داشته باشند؛ یعنی با در نظر داشتن شالوده فکری فرزند خود، مسیر بحث و تبادلنظر را به همان سمتی هدایت نمایند که مقبول نظر آنها نیز باشد.

به طور مثال:

پدر با آگاهی از امیدواری های فرزند دلبند خود، محرک او در زمینه های مورد نظرش می شود یا سعی میکند از ورود به موضوعاتی که بیزاری او را بر میانگیزد اجتناب کند یا آنها را حذف نماید. در حقیقت دانسته های پدران و مادران در مورد تک تک فرزندانشان سبب میشود که در بسیاری از موارد نیاز به تحکم در تعامل با آنها نداشته باشند.

با یک نگاه دقیق می توان بروز این بیزاریها را در رفتارهای بزرگسالان نیز

مشاهـده نمود. برای نمونه در خیلی از موارد در ارتبـاط بـا دوسـتان، اعضـاء خـانواده و فامیـل به خوبی میـدانیم که آنهـا از چه گفتـار و یا رفتارهایی بیزار هسـتند که با مطرح نمودن آنها دوست یا اقوام ما عصبانی و برافروخته میشوند، پس سعی میکنیم در گفت وگوها وارد آن موضوعات نشویم.

آگاهی از دنیای تخیلات فرزندان سبب ظهور تغییرات مثبت در شخصیت آنها خواهد شد.

در تعاملات ما با کودکان نیز موضوع بههمین صورت است، با این تفاوت که فرد بزرگسال میتواند بهسادگی درباره امیدها، ترسها و بیزاریهای خود صحبت نماید و آنها را بهدرستی توضیح دهد.

اما در مورد فرزندان اینگونه نیست و آنها توانایی و مهارت لازم را در این خصوص کسب نکرده اند.

والـدین آشـنا با مسائل تربیتی فرزنـد، به انـدازهای توانمنـد هسـتند که میتواننـد جریان فکری او را در جهت مثبت تغییر دهند؛ یعنی امیدواریها تقویت، ترسـها کنترل، بیزاریها را تفکیک نموده و آرزوهای کودک توسط آنها بازخوانی میشود.

البته قبلاً نیز ذکر شـد که تفکر تبـدیل به کلام و کلام تبدیل به رفتار میشود، تغییر در تفکر نیز تغییر در کلام و رفتار را به دنبال خواهد داشت؛ آگاهی از دنیای تخیلات فرزندان سـبب ظهور تغییرات مثبت در شخصیت آنها خواهد شد.

توجه!

امروزه عمده منبع و مسیر تربیتی کودکان تربیت رسانه ای است؛ یعنی به وسیله محتوای برنامه های تلویزیون، رایانه، لوح فشرده ها، فضای مجازی، شبکه های

اجتماعی و غیره تربیت میشوند. اگر به انیمیشن هایی که ساخته میشود و بعضی از ما والدین آنها را برای فرزند خود تهیه میکنیم خوب دقت کنید، مشاهده می نمایید که چهار مؤلفه امید، آرزو، ترس و بیزاری در آنها به فراخور موضوع انیمیشن رعایت شده است.

فرزندان خصوصاً در سنین کودکی عاشق هیجان هستند و انیمیشنها مملو از موضوعات و تصاویری است که برای آنها هیجان انگیز است.

به کارگیری موضوعات تخیلی از دیگر گزینه های بسیار مورد توجه در انیمیشنها است، چرا که همانطور که پیش از این نیز ذکر شد، کودکان تخیلات بسیار قدرتمندی دارند که بخش عمدهای از رفتار و حالات آنها از تخیل شان الهام میگیرد.

رعایت احساس امیدواری و وابستگی فرزندان به پدر و مادر نیز نکته مهم دیگری است که سازندگان برنامههای کودک به آن توجه ویژهای دارند.

به همین دلایل است که سازندگان انیمیشنها اغلب در کارشان موفق هستند؛ زیرا مضمون برنامه های خود را با دنیای تفکرات و تخیلات آنها تطبیق میدهند و به همین وسیله هر مطلبی که مدنظرشان باشد، حتی موضوعات منفی را به مخاطبان خود آموزش می دهند.

اگر والدین نیز توجه خود را بر شناخت این موضوعات در مورد فرزندان متمرکز کنند، قطعاً در تربیت آنها موفقتر عمل خواهند نمود.

والدین گرامی!

حال خود قضاوت کنید، بهتر نیست به جای اینکه فرزندان شما به وسیله رسانه هایی چون تلویزیون و اینترنت تربیت شوند، خود شما به عنوان متولیان امر تعلیم و تربیت وارد میدان شوید و با شناخت دنیای تخیل و تفکر فرزند، خوراک فکری را برای او تدارک ببینید که جذب خانه و خانواده شود نه رسانه هایی که

معلوم نیست قصد آموزش چه محتوایی را به مخاطب خود دارد.

ناگفته نماند که این مطلب در مورد تمامی انسانها قابل تطبیق و مشاهده است؛ یعنی هر کسی از کم و کیف امیدها، ترسها، آرزوها و بیزاریهای شخص دیگری آگاهی داشته باشد بهراحتی میتواند رفتار او را کنترل نماید و تحت تأثیر قرار دهد.

مثلاً کافی است بدانیم یک شخص از موضوع خاصی بیزار است؛ با قرار دادن او در موقعیت مربوط به آن موضوع یا حرف زدن در مورد آن بهراحتی میتوانیم احساسات او را تحت تأثیر قرار دهیم و او را عصبانی نماییم.

حال که با دنیای تخیلات کودکان آشنا شدیم و به شرح ابعاد مختلف آن پرداختیم ضروری است از دنیای واقعیات آنها نیز آگاهی داشته باشیم؛ براین اساس ابعاد گوناگون دنیای واقعی فرزندان را نام برده و بهقدر ضرورت به شرح آن پرداخته ایم.

دنیای واقعیات فرزندان

دنیای واقعی به این معنا است که وقوع اتفاقات در آن قابل دیدن، شنیدن، لمس کردن و به طور کلی قابل احساس باشد.

در حقیقت دنیای واقعی، روی دیگر همان سکهای است که دنیای تخیلات بر آن نقش بسته است و بدیهی است این دو مبحث مکمل یکدیگرند، لذا آگاهی والدین از هر دو وجه دنیای واقعی و تخیلات فرزند باید کامل باشد. بنابراین والدین مسئول برای نیل به اهداف تربیتی میبایست از هر دو مبحث، شناخت کافی داشته تا بتوانند اصول تربیتی را بهدرستی به کار گیرند.

با ورود والدین به دنیای واقعی فرزندان، درک آنها از فرزندان افزایش یافته و در اتخاذ تصمیمهای متناسب با موقعیتهای مختلف توانا میشوند و اگر این آگاهی صورت نپذیرد، قطعاً تربیت صحیح آنها صورت نمی گیرد.

ص: ۹۷

توانایی: فرزندم در چه زمینهها و موضوعاتی توانمند است؟

توانایی یعنی، شخص بتوانـد کارهایی را بهخوبی انجام دهد؛ والدین با درک تواناییهای فرزند خود درمییابند که انجام چه فعالیتهایی را میتوانند برعهده او گذاشته و انجام چه کارهایی را به نحو احسن از او انتظار داشته باشند.

مثلاً یک پـدر به این موضوع پی میبرد که فرزنـد او در مسائل عاطفی بسیار توانمنـد است، یعنی خیلی خوب روابط عاطفی را درک مینمایـد. وقتی پـدری چنین چیزی را در مورد فرزند خود بهعنوان یک واقعیت بداند، در درک فرزند توانایی بیشتری نیز خواهد داشت تا اینکه به طور کلی از احساسات و عواطف فرزند خود بی اطلاع باشد.

اما والدین عزیز توجه نمایید، پیش از سنجش توانمندی فرزند خود حتماً به سه مؤلفه سن، جنسیت و شرایط او دقت داشته باشید. مثلًا اگر کودکی از لحاظ جسمی مشکل دارد باید در هنگام سنجش توانمندیهایش، شرایط جسمی او را نیز مدنظر قرار دهیم.

بنابراین شایـد مهمترین نکته در بحث توانمنـدی های یک شـخص توجه به سه مؤلفه ذکر شـده است. پارهای از اوقات والـدین در مورد آگاهی فرزنـد خود نسبت به موضوعی ابراز رضایت نموده و او را توانمند میپندارند در حالیکه آگاهی و اطلاع مورد نظر هیچ سنخیتی با سن، جنس و شرایط او ندارد. در این وضعیت دیگر نمیتوان دانش و آگاهی فرزند در مورد مسائل بیربط به او را توانایی تلقی نمود؛ برای درک بهتر موضوع به مثال ذیل توجه فرمایید:

مثال:

دختر ده سالهای را تصور نمایید که اطلاعاتی در حوزه مسائل زناشویی دارد و در یک جمع فامیلی شروع به ارائه توضیحاتی در این مورد میکند.

 آیا این دانش و اطلاعات متناسب سن او است؟

 آیا این توانمندی باعث خشنودی پدر و مادر و اطرافیان میشود؟

قطعاً نه، زیرا اطلاعات او هیچ تناسبی با سن، تحصیلات و شرایط او ندارد.

بر همین اساس، در این حوزه بحث در مورد بررسی کردن تواناییهای بهتر یا بدتر در وجود فرزندان نیست، بلکه تمرکز اصلی درباره تطابق توانمندیهای آنها با موارد مطرح شده است.

 آیا فرزند من که (پسر/دختر) در سنین دبستان است، توانمندیهای مربوط به این دوره را دارد؟

 آیا قابلیتها و اطلاعات فرزند من به نسبت سن و جنس او توانمندی محسوب میشود؟

 آیا آداب معاشرت را آموخته است؟

 آیا به بازی با دوستان و همکلاسیهای خود علاقهمند است؟

 آیا ناراحتی دیگران برای او مهم است و در این شرایط او نیز ناراحت میشود یا نه؟

 آیا برای احساسات دیگران اهمیت قائل است؟

 آیا نسبت به دیگر موجودات خلقت مانند حیوانات و گیاهان احساس مسئولیت میکند؟

 آیا به پدر و مادر خود وابسته است یا نه اصلاً وابستگی به آنها ندارد؟

اینها از نمونه پرسشهایی است که والدین یک کودک دبستانی با رسیدن به پاسخ آنها میتوانند توانمندیهای فرزند خود را کشف نمایند.

عدم توانایی: فرزندم در انجام چه کارهایی ناتوان است، باوجود اینکه باید توانایی انجام آنها را داشته باشد؟

گذشته از اینکه اساساً هیچ انسانی عاری از عیب و نقص نیست و همه ما انسانها کاستیهایی در وجود خود داریم، اما باید بدانیم بر هر انسانی لازم است

که در راستای رفع کاستیها و نواقص خود کوشش نماید.

در این بخش نیز وظیفه آگاهی از ناتوانیها یا همان نقاط ضعف فرزندان، برعهده والدین آنها میباشد.

مثلاً والـدینی که میداننـد فرزنـد خود در درس ریاضـی ضـعف دارد، یا نمی توانـد به خوبی همسالان خود بدود یا در برقراری ارتباطات اجتماعی مشـکل دارد، قاعدتاً بهتر می توانند او را بفهمند و درک نمایند.

به عبارت بهتر وقتی مادری درمییابـد فرزنـدش در برقراری روابط اجتماعی ضـعف دارد، او را تحت فشار نمیگـذارد که چرا توانایی برقراری ارتباط با دیگران را نـدارد؛ زیرا به عنوان یک مادر مسئول، بر نقطه ضعف فرزند خود آگاهی دارد و بهجای قرار دادن او در شرایط نامطلوب، سعی میکند به فرزند کمک نماید.

والدینی که از نقاط ضعف فرزند خود آگاهی دارند، او را در موقعیت های ضعف قرار نمیدهند تا فرزندشان احساس شکست و حقارت نماید و این تفکر در او شکل بگیرد که والدین او را دوست ندارند و درک نمیکنند؛ متأسفانه بر اثر اشتباه در عملکرد والدین تصور کودک در این موقعیت یاد شده اینگونه خواهد بود که والدین قصد تحقیر من را دارند؛ لذا از لحاظ روحی بسیار آسیبپذیر خواهد بود.

آشنایی والدین با توانمندی و عدم توانمندی فرزند، آنها را در درک هرچه بهتر او یاری میرساند.

به طور کلی آگـاهی والـدین از زمینه هـای نـاتوانی فرزنـد خود موجب میشود که بتواننـد بـا برنـامهریزی و مشورت با متخصصـین امر، یکبهیک آنها را از پیش رو بردارنـد تا هر عـدم توانایی در نهایت به توانمندی در فرزند تبدیل شود. به بیان دیگر شناخت نقاط ضعف، نقطه قوتی در هر فرد محسوب می شود؛ زیرا کسی که

نسبت به نقاط ضعف خود واقف شود چند مرحله از شخصی که تماماً از ضعفها و ناتوانیهای خود بیاطلاع باشد موفق تر است.

حال اگر این فرد در راستای رفع نقاط ضعف خود گام بردارد، قطعاً شرایط مطلوب تری را برای خود رقم خواهد زد. اما در وهله اول باید کاستی های خود را دریابد و همین آگاهی اولیه امتیاز مثبت به حساب میآید.

مثلاً وقتی فرزند ما در درسی نمره پایین کسب کرده باشد، شروع میکند آن دروس را از ابتدای کتاب مطالعه نمودن، در صورتیکه با یک بررسی کوتاه میتواند متوجه شود از چه فصلها و موضوعاتی نمره کمتری کسب کرده است، پس باید ضعف خود را در آن زمینه از بین ببرد نه اینکه تمامی مطالب را از ابتدای کتاب مرور نماید.

بنابراین آشنایی والدین با توانمندی و عدم توانمندی فرزند، آنها را در درک هرچه بهتر او یاری میرساند، زیرا اساساً در شناخت مسائل روحی و شرایط کودک دلبندشان توانمندتر خواهند شد.

استعدادها: در وجود فرزندم چه استعدادهایی نهفته است؟

در ابتدای بحث لازم است ذکر گردد که توانمندی با استعداد چه تفاوتی دارد؛ توانمندی عبارت است از توانایی انجام کار به صورت صحیح؛ اما استعداد عبارت است از توانمندی که بالقوه بوده و هنوز بالفعل نشده است. البته گاهیاوقات شخص در موضوعی استعداد دارد، ولی فردی دیگر آن را در وجود او کشف مینماید و خودش از داشتن چنین استعدادی بیاطلاع است.

توانمندی عبارت است از توانایی انجام کار به صورت صحیح؛ اما استعداد عبارت است از توانمندی که بالقوه بوده و هنوز بالفعل نشده است.

ص: ۱۰۱

اما توانمندی کاری است که شخص آن را انجام میدهد و بابت آن امتیاز می گیرد. به طور کلی میتوان گفت، استعداد بروز ظاهری ندارد، اما توانمندی بروز و نمود عینی دارد.

شناسایی استعدادها از دیگر مراحل کمک کننده و کارساز در بحث درک نمودن میباشد؛ در این توضیح، استعداد به این معنا است که بدانیم فرزند ما از لحاظ روحی، جسمی و موارد دیگر، چه زمینه ها و فرصتهایی برای او فراهم است تا بتواند رشد یابد.

به طور مثال:

دانشآموزی در بحث مطالعات اجتماعی بسیار مستعد است، پس اگر او چند کتاب متناسب در این زمینه مطالعه نماید، میتواند استعدادهای خود را بیشتر بروز دهد و فهم بیشتری راجع به این موضوع به دست آورد.

واضح است که شناخت، ظهور و بروز چنین استعدادی نیازمند کمک افراد آگاه است.

زمینه بروز استعدادهای کودکان فراوان است، مثلاً کودکی در ورزش عملکرد خوبی دارد و میتواند ورزشکار حرفهای شود. دیگری استعداد بسیاری در دروس فیزیک و ریاضی دارد که می تواند یک مهندس توانمند شود، کودک دیگری از لحاظ روحی استعداد این را دارد که روانشناس قابلی شود و مواردی از این دست که شناسایی آنها از کودکی با کمک والدین و تشخیص متخصصین صورت میگیرد تا بتوانند فرزندان خود را بهتر درک نموده و زمینهساز موفقیتهای بعدی آنها شوند.

با توجه به توضیحات ارائه شده، والدین باید مطلع باشند فرزند آنها در چه موضوعات و زمینههایی استعداد دارد و یکی دیگر از دلایل اهمیت این آگاهی برای والدین این است که متأسفانه در بعضی موارد، استعداد فرزندان بنا به دلایل

ص: ۱۰۲

مشخص و نامشخص در زمینههای منفی خود را نشان میدهد که اگر والدین از نحوه بروز آن مطلع باشند، مانع از ورود آنها به فضاهای ناهنجار میشوند.

مثال:

بعضـی از نوجوانان در دوره بلوغ یا در پسـزمینه بلوغ، تصور مینمایند با عدم رعایت برخی از هنجارهای اجتماعی شبیه بزرگسالان میشوند. در این شـرایط ممکن است اگر والدین اندکی فضا را برای چنین نوجوانی باز بگذارند او مستعد بزهکاری خواهد شد؛ لذا در صورت گفتوگو و مشورت با مشاور میتوان با نوجوان تعامل مناسبی داشت و از بزهکار شدن او جلوگیری نمود.

در حقیقت اگر والدین از اسـتعداد منفی فرزند خود زمانی مطلع شوند که او جوان شده است قطعاً نمیتوانند کار مؤثری برای برطرف نمودن آن انجام دهند؛ زیرا آن اسـتعداد منفی در خلقوخوی او نهادینه شده است و نه تنها به نصیحت والدین خود گوش نمیدهد بلکه در اجتماع، در مقابل قانون و موقعیتهای مختلف به خویشتن نیز آسیب میرساند. بههمین جهت مجدداً باز میگردیم به این محوریت که مبنای درک کردن، دانستن است. والدین مسئول و آگاه والدینی هستند که اقتضائات و خلقیات فرزند خود را بدانند و بشناسند.

و در عین حال آگاهی از استعدادهای مثبت کودکان سبب میشود که والدین با ایجاد انگیزه، استعداد مثبت فرزند خود را پرورش داده و بر توانمندیهای او بیفزایند.

علاقه و سلیقه: فرزندم به چه موضوعات و مسائلی علاقه مند است و سلیقه های شخصی او چیست؟

مطلوب است در قدم اول در این زمینه والدین از خود بپرسند که:

 آیا از علایق فرزندشان آگاهی دارند؟

 آیا از سلیقه های شخصی او مطلع هستند؟

گاهیاوقات والـدین وسایل یا لباسـی را برای فرزنـد خود تهیه مینماینـد که خوشاینـد او نیست، زمانیکه هنگام خریـد از او در مورد رنگ یا جنس لباسـی نظرخواهی میکنند و انتخاب او را در نظر میگیرند، کاملاً متعجب میشوند، زیرا با تصوری که آنها از انتخاب فرزندشان داشتند، بسیار متفاوت است.

تعجب والدین و بی علاقگی فرزندان به بعضی از وسایلی که برای آنها تهیه میشود، نشان میدهد که والدین از علایق و سلیقه فرزند خود کاملاً بیاطلاع هستند.

البته در مواقعی، والدین از علایق فرزند خود مطلع هسـتند و چگونگی سلیقه او را هنگام انتخاب لباس و یا هر چیز دیگری میدانند، اما زمان خرید برای آنها، جدای از سلیقه، جنسیت و سن فرزندشان را نیز در نظر میگیرند؛ یعنی هنگام خرید مواردی را با شرایط او تطبیق میدهند و بایدها و نبایدهایی را مدنظر قرار میدهند تا خرید آنها هم با سلیقه او مغایر نباشد و هم با شرایط او متناسب باشد.

لذا بی اطلاعی والدین از حوزه علاقه مندی فرزندشان، صحیح نبوده و متأسفانه بعضی از والدین در حد بسیار سطحی از این بخش واقعی زندگی فرزند خود آگاهی دارند.

والدین موظف اند به علایق و سلیقه های فرزندان خود احترام بگذارند.

نکته بعـد که در بحث علایق فرزندان وجود دارد این است که والدین موظفاند به علایق و سـلیقه های فرزندان خود احترام بگذارند. در حقیقت اگر انتخاب فرزندشان انتخابی باشد که منع شـرعی و عقلی ندارد، همچنین منع عرفی به معنای انسانهای خردمند جامعه ندارد و منع علمی نیز ندارد اما با سلیقه آنها

ص: ۱۰۴

متفاوت است، باید سلیقه او را ارجحتر قرار دهند نه خواست و سلیقه شخصی خود را.

قرار نیست سلیقه فرزندان با ما یکی باشد، آنها انسانهای مستقل و آزادی هستند که باید خواسته آنها را محترم شمرد.

والدین با بررسی اینکه خواسته و انتخاب فرزندشان چهار منع عقلی، شرعی، عرفی و علمی را نداشته باشد، باید با درخواست آنها موافقت نمایند.

بهعبارت بهتر والدین با بررسی اینکه خواسته و انتخاب فرزندشان چهار منع عقلی، شرعی، عرفی و علمی را نداشته باشد، باید با درخواست آنها موافقت نمایند. والدین نباید بهصرف اینکه وسیله یا لباسی مورد پسندشان نیست، سلیقه فرزند خود را نادیده گیرند و از خرید آن صرفنظر نمایند؛ بلکه میتوانند با در نظر گرفتن سن و جنسیت (و چهار مانع نام برده شده)، به انتخاب او احترام بگذارند.

نیازها: مجموع نیازهای فرزند من چیست؟

آیا ما والدین نیازهای فرزند خود را می شناسیم؟!

هنگامیکه صحبت از نیازهای فرزندان میشود، اغلب والدین بر نیازهای جسمی آنها متمرکز میشوند و معتقدند که از این نیازها کاملاً مطلع بوده و در رفع آنها کوشا هستند. با توجه به اینکه نیازهای هر انسانی به دو بعد روحی و جسمی تقسیم میشود، میتوان تصور نمود که بعضی والدین از نیازهای روحی فرزندان خود اطلاعات دقیقی ندارند و صرفاً با تصور خود یا برداشت شخصی که از گفتار یا رفتار فرزند دارند در خصوص چیستی، نیازهای روحی او را

قضاوت می نمایند. لذا برای درک بهتر نیازهای روحی فرزند، ابتدا به طرح چند سؤال میپردازیم:

 آیا والدین نیازهای سلامت فرزند خود را می شناسند؟

 آیا والدین نیازهای جنسیتی فرزند را تشخیص می دهند؟

 آیا والدین از نیازهای تربیتی فرزند آگاهی دارند؟

 آیا والدین از نیازهای آینده نزدیک و دور فرزندان شناختی دارند؟

به عنوان مثال:

پدری عنوان میکند، من برای اینکه فرزندان دختر و پسرم در شرف سن بلوغ قرار دارند، نیازمند این هستم در دو سال آینده خانه بزرگتری داشته باشم تا آنها در دو اتاق جدا از یکدیگر بخوابند. موضوع جدا بودن محل خواب برای فرزندان این خانواده، یک نیاز است.

براین اساس، تشخیص اینکه فرزند من به چه چیزهایی نیاز دارد یا در آینده ای نزدیک، (حداقل دو الی سه سال آینده) به چه چیزهایی نیاز خواهد داشت، کمک می کند فرزندم را بهتر درک نمایم.

به عبارت دیگر، هنگامیکه بتوانیم نیازهای فرزند را پیشبینی کنیم، میتوانیم آنها را اولویت بندی نموده و در صدد رفع آنها باشیم و بدیهی است رفع نیازها توسط یک برنامهریزی دقیق امکانپذیر خواهد بود.

اهمیت موضوع از آنجا نشأت میگیرد که قسمت عظیمی از خسارتهای تربیتی که والدین ناخواسته به فرزندان خود وارد مینمایند، بهدلیل عدم پیشبینی و شناخت نیازهای آنهاست.

نکته مهمی که در بحث نیازهای فرزندان وجود دارد و والدین باید به آن توجه داشته باشند، دو اصل اساسی سن و جنسیت است. قاعدتاً نیازهای یک کودک دو الی سه ساله با نیازهای نوجوانی شانزده ساله بسیار متفاوت است؛

ص: ۱۰۶

در کنار این اصل، اصل جنسیت نیز بسیار حائز اهمیت میباشد.

زیرا نیازهای پسران با دختران تفاوت دارد؛ بنابراین والدین هنگام توجه و بررسی نیازهای فرزندان خود، حتماً باید به دو مؤلفه اصلی جنسیت و سن نگاه ویژهای داشته باشند.

ص: ۱۰۷

بخش سوم:رابطه درک شدن با احساس امنیت

رابطه درک شدن با احساس امنیت

نیاز به امنیت یک نیاز پایه و اولیه است؛ لذا بسیاری از روانشناسان مطرح دنیا از جمله "آبراهام مزلو"(۱) (۱۹۰۸-۱۹۷۰) نیاز به امنیت را بلافاصله بعد از نیازهای زیستی اساسی مانند آب، غذا و هوا مطرح مینماید و نیاز انسان به وجود امنیت در اطراف خود در طول زندگی را بعد از این نیازهای حیاتی قرار می دهند.

نیازهای خودشکوفایی

نیاز به احترام

نیاز به دوست داشتن و دوست داشته شدن

نیاز به امنیت

نیازهای زیستی(فیزیولوژیک)

ص: ۱۱۱

۱- Abraham Maslow

البته پیش از این در بحث دنیای واقعیات فرزنـدان، اشاره نمودیم که یکی از بحثهای مطرح در موضوع درک کردن "نیازهای فرزنـدان" است. اینکه نیاز به آب و غذا جزء نیازهای اساسی قرار دارد کاملاً بـدیهی است، اما این قبیل نیازها در طول روز وابستگی مـداومی را از انسان طلب نمیکنـد، اما نیاز به اکسیژن از جمله نیازهای حیاتی است که دائماً بایـد در محیط پیرامون هر انسانی وجود داشته باشد تا بتواند به حیات خود ادامه دهد.

لزوم وجود احساس امنیت برای فرزنـدان در خانواده دقیقاً بههمین صورت است، کودک شـما بایـد هر لحظه در کنار والـدین خود احساس امنیت داشته باشد، اگر این احساس حتی برای چند دقیقه از بین رود، احساس امنیت کودک دچار خدشه خواهد شد.

توجه!

درک کردن یکی از راههایی است که والدین با استفاده از آن میتوانند احساس امنیت را به فرزندان خود منتقل نمایند.

مادری را تصور کنیـد که فرزنـد خود را بهمدت سه دقیقه گم کرده است، تصور مادر این است که در این سه دقیقه قطعاً کودکش در مکان ناامنی قرار دارد، حسی که مادر در طی این مدت کوتاه بر اثر گم کردن فرزنـد خود تجربه میکنـد، خسارات روحی بسیاری را به او وارد مینمایـد. حال اگر سه دقیقه تبـدیل به سی دقیقه، یک ساعت و چند روز شود، قطعاً مادر از نظر روانی دچار آسیب های جدی خواهد شد. لزوم وجود امنیت برای فرزندان نیز دقیقاً مصداق بارز همین مثال است؛ لذا فرزندان من و شما در خانواده باید به صورت مداوم با احساس امنیت کامل زندگی

کنند. درک کردن یکی از راههایی است که والدین با استفاده از آن می توانند احساس امنیت را به فرزندان خود منتقل نمایند.

بنابراین عدم توانایی درک صحیح فرزندان از سوی والدین به معنای عدم وجود احساس امنیت در آنها خواهد شد. تصور کلی محیط امن، انسان امن و امنیت برای فرزندان به این معنا است که اطرافیان به من صدمه وارد نمیکنند و من را آزار نمیدهند و مجموع این داشته ها یعنی داشتن احساس امنیت.

حال اگر زایل کنندگان حس امنیت در کودک والدین او باشند، متأسفانه بدترین نوع ناامنی در او به وجود خواهد آمد؛ زیرا خانواده اولین نهادی است که هر شخص در آن رشدونمو خواهد یافت و در تصور کودک اگر تمامی دنیا ناامن باشد، قطعاً محیط خانه و والدین برای او مأوا و مأمن امنی به وجود خواهند آورد؛ به گمان من، والدینی که در باب درک نمودن فرزندان ناتوان هستند، میتوانند "والدین نا امنی" باشند.

یکی از رفتارهای والدین که القاء کننده حس ناامنی در کودکان است، برخوردهای ناشایست آنها با فرزندان در مهمانی و جمع اقوام و آشنایان است؛ یعنی بچه با والدین خود به مهمانی میرود اما مدام نگران است که نکند گفتار و رفتاری از خود نشان دهد که باعث رنجش والدین شود و آنها او را در برابر همه سرزنش نمایند. وجود چنین حس و رفتاری در کودک، یعنی او دارای والدین ناامنی میباشد.

اگر کسی امنیت ما بزرگسالان را به خطر بیندازد، در تصور ما آن شخص دیگر دوست تلقی نمی شود و او را شخص ناامنی تصور مینماییم. والدینی که به کرات و پیدرپی برای فرزند خود حس ناامنی ایجاد میکنند، در واقع این مطلب را به او منتقل مینمایند که: "ما دوست تو نیستیم!" بسیار روشن است کسی که دوست انسان محسوب نشود، دوست داشتنی نیز نخواهد بود.

کسی که دوست انسان محسوب نشود، دوست داشتنی نیز نخواهد بود.

لذا در صورت تکرار رفتار نامناسب والدین، کودک (یا نوجوان) مدتی با احساسات مثبت خود نسبت به والدین کلنجار رفته و میجنگد، اما با گذشت زمان و تکرار دوباره اشتباه از سمت والدین این مسأله را میپذیرد که والدینش او را دوست ندارند.

از بین بردن چنین احساس منفی از روابط فی مابین والدین و فرزندان سالها به طول میانجامد و زحمت زیادی را طلب خواهد کرد، هرچند متأسفانه بسیاری از فرزندان هیچوقت نمیپذیرند که والدین، آنها را دوست داشتهاند و رفتارهای ناشایست آنها در حضور دیگران صرفاً به دلیل ناآگاهی در نحوه تربیت او بوده است.

بنابراین موضوع حساس و مهم درک فرزند، رابطه مستقیمی با حس امنیت و دوست داشتن او دارد. کودکی که در خانه احساس امنیت داشته باشد با گذشت زمان و افزایش سن، علاقه بیشتری به والدین خود پیدا خواهد کرد. اما فرزندانی که در کنار خانواده احساس امنیت نمیکنند، وقتی از والدین دور میشوند، متأسفانه هیچگونه فشار روحی به آنها وارد نمیشود و احساس دلتنگی نسبت به اعضاء خانواده ندارند، چنین برخوردی از سوی فرزندان نسبت به والدین، برای آنها از لحاظ تربیتی یک باخت بزرگ محسوب می شود.

بخش چهارم:رابطه توجه و درک کردن

رابطه توجه و درک کردن

پیش از بررسی رابطه توجه و درک کردن فرزندان در ابتدای امر لازم است توضیحاتی در مورد واژه توجه ارائه شود.

همه ما انسانها از حواس پنجگانه بینایی، بویایی، شنوایی، چشایی و لامسه برخوردار هستیم. متمرکز نمودن تمامی این حواس پنجگانه بر روی یک موضوع خاص، توجه را به وجود میآورد؛ بر همین اساس دو واژه تمرکز و توجه همواره در کنار یکدیگر بهکار میروند.

توجه نمودن والد به فرزند یعنی معطوف شدن تمامی حواس آنها به او.

توجه نمودن والد به فرزند یعنی معطوف شدن تمامی حواس آنها به او، بهعبارت صریحتر یعنی فرزندان خود را نگاه کنید، صدای آنها را بشنوید، آنها را نوازش و لمس کنید، فرزند خود را بو کنید و با تمامی این رفتارها نشان دهید که توجه و تمرکز خاصی نسبت به او دارید.

توجه و تمرکز بر فرزند در دوره های سنی مختلف، اطلاعات سودمند بسیاری

ص: ۱۱۷

را در مورد آنها به والـدین منتقل مینمایـد. برای مثال با ورود فرزنـد به سن بلوغ، پـدر یا مادر هنگام در آغوش گرفتن فرزنـد خود درمییابند که بهدلیل تغییرات جسـمی و تعریق زیاد در این دوران، بدن او بوی نامطبوعی میدهد، مطلع شدن والدین از این موضوع باعث میشود که تمهیدات بهداشتی لازم در این دوران را برای نوجوان خود تدارک ببینند، مثلاً برای او عطر تهیه نموده و توصیه کنند در فواصل زمانی کوتاه حتماً استحمام کند. ضمناً از شروع دوره بلوغ او آگاه می شوید.

در فصول قبل توضیح دادهایم که درک کردن یعنی والدین بیاموزند و بهقدری توانمند شوند که حس فرزند خود را بهخوبی دریافت نموده و عکسالعمل مناسب نشان دهند.

حال این سؤال مطرح میشود که آیا بـدون بـذل توجه کافی از سوی والـدین نسبت به فرزنـدان چنین مسألهای رخ خواهـد داد؟ آیا والدین میتوانند بدون آنکه بر رفتار و حرکات فرزند خود توجه کافی و لازم داشته باشند بیاموزند که چگونه باید او را درک نمایند؟

طبیعتاً آموختهای پایـدار و عمیق خواهـد بود که همراه با توجه باشـد؛ لـذا پیش از درک کامل کودک توسط والـدین لازم است آنها توجه و تمرکز خاصـی بر گفتار و رفتار فرزنـد داشـته باشـند تا دنیای واقعیات و تخیلات او را دریابند و بیاموزند که چگونه باید او را درک نمایند.

تأثیرات توجه و دیده شدن، در زندگی آینده فرزندان

هنگامیکه به والدین توصیه میشود به فرزندان خود توجه نمایید، آنها را ببینید، صدایشان را بشنوید، لمس کنید و ببویید، شاید این سؤال پیش بیاید که:

آیا صرف مشاهده، شنیدن و مواردی از این دست برای والدین تأثیری در مسیر تربیت و هدایت فرزندان خواهد داشت؟

در پاسخ باید بگوییم بله؛ قطعاً مشاهده فرزند تأثیر به سزایی در زمینه تربیت فرزندان ایفا خواهد کرد. والدین از راه مشاهده مستقیم فرزند خود درمییابند که پوشش او در چه وضعیتی است و در آن لحظه چه نیازهایی در این زمینه دارد، ممکن است صدمات و کبودی هایی بر اثر فعالیت یا بازی کردن به کودک وارد شده باشد که حتی خود او نیز متوجه چنین چیزی نباشد.

والدین با مشاهده کودک و عکس العمل مناسب نسبت به او، میزان توجه به فرزند را نشان خواهند داد. این موارد حداقل اطلاعاتی است که والدین از مشاهده فرزندان دریافت مینمایند.

نیاز به نظافت و کوتاه کردن موها، تعویض لباسها بر اثر کثیف شدن، توجه به طرز نشستن کودک، ناتوانی در صرف غذا به شیوه صحیح، تلفظ غلط بعضی از واژگان یا عدم درک صحیح از معنی یک واژه جهت استفاده در موقعیت متناسب و بسیاری موارد دیگر، تنها از طریق توجه بر فرزند بهدست میآید.

لذا نگاه کردن و توجه والدین به کودک بسیاری از اطلاعات مختلف را به آنها منتقل خواهد نمود.

بر همین اساس یکی از سفارشات مهم در این زمینه به والدین گرامی این است که گاهیاوقات چند دقیقه فقط حرکات و رفتار عادی و روزمره فرزند خود را مشاهده نمایند. البته این کار بخشی از آزمایشات علمی است و به آن آزمایشهای طبیعی میگویند که فرآیند و نتایج آن از راه مشاهده مستقیم حاصل خواهد شد.

یعنی با توجه به موضوع مورد مطالعه، شخص یا اشخاصی بیخبر از مشاهده شدن، در حال انجام فعالیتهای روزمره مربوط به خود هستند و عدهای دیگر بیهیچ دخالتی تنها آنها را مشاهده کرده و از این راه در مورد موضوع مورد نظر خود اطلاعات لازم را کسب مینمایند.

عملکرد والدین در زمینه توجه و تمرکز بر فرزندان نیز دقیقاً بههمین صورت است؛ فرزند شما در حال انجام کارهای طبیعی و معمول خود مثل بازی کردن،

مطالعه، غذا خوردن و غیره است که شما از دور نظاره گر این کارهای او میشوید تا در نهایت بتوانید اطلاعات بسیار مفیدی را در مورد کودک یا نوجوان خود بهدست آورید. اطلاعاتی که قطعاً یاریرسان شما در حوزه تربیتی آنها خواهند شد.

در بسیاری از مواقع، والدین حین مشاهده رفتار فرزند خود اطلاعات خوشایندی در مورد آنها کسب مینمایند. مثلاً متوجه میشوند که فرزند بلافاصله بعد از صرف غذا خدا را شکر میکند، حین درس خواندن زمان پخش اذان، کتاب خود را کنار گذاشته و برای نماز خواندن آماده می شود، در زمان خروج از مهمانی ابتدا کفش های والدین را پیش پای آنها قرار میدهد و یا هنگام صحبت کردن با دیگران در چشم آنها خیره نمی شود.

قاعدتاً هر پدر و مادری با مشاهده چنین رفتاری از سوی فرزند خود مسرور و خوشحال خواهد شد؛ زیرا حاصل زحمات تربیتی خود را در شخصیت فرزندشان مشاهده میکنند، بنابراین خدا را شکر نموده و اعتمادبه نفس بیشتری در خصوص تربیت فرزند پیدا میکنند، و هم اینکه ابراز محبت بیشتری نسبت به فرزند خواهند داشت.

موضوع نگاه کردن به فرزند از منظر دینی نیز محل توجه است که در دین اسلام توصیه هایی در این زمینه ارائه شده است که نگاه کردن همراه با محبت فرزند به پدر و مادر خود عبادت محسوب میشود.

رسولاکرم (صلی الله علیه وآله وسلم) میفرمایند:

 نَظَرُ الوَلَدِ إِلی والِدَیهِ حُبّاً لَهُما عُبادَةٌ

نگاه محبّت آمیز فرزند به پدر و مادرش عبادت است.(۱)

دلیل این توصیه های دینی در مورد نگاه آمیخته با محبت اعضاء خانواده به

۱- تحف العقول. ص ۴۶.

یکدیگر این است که بعد از برقراری چنین ارتباطی، اتفاقات خوبی در بین اعضاء رخ خواهد داد و احساسات بسیار مثبتی به هر یک از افراد خانواده منتقل میگردد. مضافاً به اینکه در حین این ارتباطات چشمی، اطلاعات بسیاری خصوصاً برای پدر و مادر در زمینه مسائل تربیتی به دست میآید؛ این اطلاعات آغازی است برای برنامه ریزی و تعیین راهکارهای تربیتی بعدی.

از مهمترین تأثیراتی که توجه و نگاه کردن به فرزندان برای والدین گرامی در پی خواهد داشت این است که چند سؤال اساسی برای آنها مطرح خواهد شد، از جمله اینکه:

 فرزندم دقیقاً قصد انجام چه کاری را دارد؟

 فرزندم در انتخاب لغت، رفتار یا یک کالا چگونه عمل میکند؟

 نحوه تصمیم گیری فرزندم به چه صورت است؟

در واقع نظارت و توجه والدین به فرزندان، نکاتی چند از قبیل چگونگی به انجام رساندن کارها، طرز صحبت کردن، نوع احتیاجات و خواستهها و مواردی از این دست را در مورد فرزندان به والدین منتقل خواهد نمود.

نکته قابل توجه این است که تمامی اطلاعات مفیدی که والدین در مورد فرزند بهدست میآورند تنها برداشتهایی است که به وسیله نگاه کردنهای بسیار ساده و معمول در حین فعالیتهای روزمره به آنها منتقل میشود. بدیهی است در صورت توجه خاص (استفاده از حواس دیگر)، میتوانند از مسائل دیگری نیز مطلع شوند؛ البته بهترین راه برای این مشاهدات و شناخت ابعاد مختلف روحیات فرزند، انجام کار مشارکتی است که در قسمتهای قبل توضیح داده شد.

ص: ۱۲۱

بخش پنجم:چالشهای پیش روی والدین

چالشهای پیش روی والدین

چالشهای بین والدین و فرزندان عمدتاً بهدلیل عدم درک صحیح آنها از یکدیگر است؛ برای چگونه درک کردن همدیگر، مطالبی بیان شد و راهکارهایی نیز ارائه گردید.

شاهراه ترمیم ارتباط و تبدیل یک اختلاف به حس مشارکت گفتوگو است.

اما میتوان سؤال نمود:

 در صورت بروز چنین چالشهایی که موجب تخریب رابطه والد و فرزند میشود چه باید کرد؟

 چگونه میتوان چالش را یک فرصت برای درک بیشتر فی مابین تبدیل نمود؟

 آیا راهکاری وجود دارد؟

برای پاسخ به این سؤالها باید گفت بله؛ راهکارهای مختلفی وجود دارد؛ لیکن شاهراه ترمیم ارتباط و تبدیل یک اختلاف به حس مشارکت گفت وگو است.

ص: ۱۲۵

گفت وگویی مثبت که دارای دو ویژگی خاص است:

 محبت از سوی والدین

 احترام از سوی فرزندان

گفت وگویی که دارای این دو مؤلفه باشد، گفت وگوی مثبتی خواهد بود؛ لذا برای پاسخگویی به سؤالات مطرح شده، ارائه راهکار و چگونگی روش انجام آن را در قالب سؤال و جواب بیان میکنیم.

سؤال اول: نحوه گفت وگوی صحیح والدین با فرزندان چگونه باید باشد؟

سؤال دوم: چگونه با کمک گفت وگو مسائل فرزندان را حل نماییم؟

سؤال سوم: با فرزندانی که در برابر درک متقابل والد و فرزند مقاومت میکنند چه باید کرد؟

نحوه گفتوگوی صحیح والدین با فرزندان

گام اول: گوش دادن

اولین گام برای رسیدگی به مشکلات فرزند این است که به صحبتهای او گوش دهیم؛ نکته مهم این است که ابتدا فرزند صحبت کند؛ والدین عزیز لازم است بدانیم که گوش دادن و ساکت بودن مساوی نیست با شنیدن صحبتهای فرزند، بلکه باید با مهارت به صحبتهای او گوش داد! با توجه به اهمیت موضوع مهارت گوش دادن، به مؤلفههای اصلی این مهارت نیز اشاره می نماییم.

اولین گام برای رسیدگی به مشکلات فرزند این است که به صحبتهای او گوش دهیم.

مهارتهای گوش دادن عبارتند از:

 در زمان گفت وگو با فرزند، فقط صحبت های او را گوش دهید و کار دیگری

ص: ۱۲۶

انجام ندهید.

 به بروز احساسات فرزند خود در هنگام صحبت کردن به اندازه به کار بردن کلمات او دقت داشته باشید.

 با حرکات سر و صورت و حتی سؤال کردن به فرزند خود نشان دهید که کاملاً به صحبتهای او گوش میدهید.

 به هر آنچه فرزند شما میگوید، گوش کنید؛ البته گوش دادن قطعاً بهمعنای موافقت با همه گفتههای او نیست.

گام دوم: سکوت عاقلانه

وقتی صحبتهای فرزند شما به پایان رسید، چند لحظه سکوت کنید و سه اصل مهم را به خاطر بیاورید:

 اصل اول: فرزندان دوست ندارند والدین خود را ناراحت کنند.

 اصل دوم: عمدتاً فرزندان از اثر رفتارشان بر شما آگاهی ندارند.

 اصل سوم: فرزندان بهدنبال رفع نیازهای خود هستند و قصد ناراحت کردن شما را ندارند.

گام سوم: مراحل صحبت

اشاره

وقتی فرزند شما صحبتهای خود را انجام داد و چند لحظه نیز سه اصل مهم سکوت عاقلانه را طی نمودید، حال باید صحبتهای خود را شروع کنید.

برای بیان مطالب خود سه مرحله را با دقت طی نمایید:

۱. اوضاع را کاملاً شفاف و روشن برای فرزند خود توضیح دهید.

۲. به جای عبارت "تو"، از عبارت "من" برای تشریح احساسات خود استفاده نمایید. مثلاً بهجای گفتن "رفتار تو ناراحت کننده بود"، بگویید "رفتارت من را

ناراحت کرد."

۳. توضیح دهید در شرایط حاضر به چه چیزی نیاز دارید و چه میخواهید؛ مثلًا "از تو میخواهم دیگر سر برادرت داد نزنی!"

حال که مراحل صحبت را دانستید، با دو نکته بسیار مهم نیز باید آشنا شوید:

نکته اول: بایدها در هنگام صحبت با فرزند.

کاملًا شفاف باشید؛ یعنی اینکه حاشیه نداشته باشید و بین افکار، احساسات، خواسته ها و نیازهای خود فرق بگذارید.

 صادق باشید؛ یعنی اینکه احساسات و نیازهای حقیقی خود را بیان نمایید و از ناراحتی فرزند خود نترسید.

 پایدار باشید؛ یعنی اینکه آنچه میگویید و روشی که استفاده میکنید متفاوت نباشد (رفتارهای کلامی و غیر کلامی شما همراستا باشد).

 سریع باشید؛ یعنی اینکه در اولین زمان مناسب حرف خود را بیان کنید.

 حمایت کننده باشید؛ یعنی اینکه آزار دهنده نباشید و حس خوبی را که نسبت به فرزند خود دارید، بیان نمایید.

نکته دوم: نبایدها در هنگام صحبت با فرزند

. قاضی نباشید؛ دنبال متهم نگردید؛ بلکه مشاور باشید.

 برچسب نزنید؛ او را با صفات ناپسند مثل تنبل یا شلخته خطاب نکنید.

 تهدید نکنید؛ چون او را میترسانید و این یعنی اینکه برای او احترام قائل نیستید.

 فرزند خود را با کسی مقایسه نکنید؛ چون این مقایسه یعنی فرزند شما انسان حقیری است.

گام چهارم: نحوه مواجهه با مشکلات فی مابین والد و فرزند

شناخت اولیه نسبت به چگونگی و چرایی بهوجود آمدن هر مشکلی، بهترین کمک به حل آن خواهد بود.

در فضای خانواده صمیمی، هر مشکلی که برای هر کدام از اعضاء خانواده به وجود میآید، متعلق به همه اعضاء است؛ لذا همگی با همکاری و مساعدت نسبت به حل آن اقدام خواهند نمود.

لیکن به منظور تدبیر و اقدام مناسب، لازم است بدانیم:

 مشکل به وجود آمده از چه ناحیهای است و در گفتار یا رفتار کدام عضو خانواده بروز داده شده است؟

 شناخت اولیه نسبت به چگونگی و چرایی به وجود آمدن هر مشکلی، بهترین کمک به حل آن خواهد بود.

در خصوص مسائل تربیتی فرزندان و تعاملات فی مابین نیز والدین از این قاعده پیروی خواهند نمود؛ یعنی با تشخیص علت بروز مشکل و فرد دارای مشکل، نسبت به اصلاح آن اقدام خواهند کرد. با بررسی اجمالی این مسأله خواهیم دید که مشکلات معمولاً در قالب چهار وضعیت خود را نشان میدهند:

۱. فرزند دارای مشکل است.

در این وضعیت احتمالاً حقوق فرزند ما لطمه دیده و یا نیاز او بهموقع برطرف نشده، لذا او با مسأله یا مشکلی روبه رو شده است؛ پس والدین با همکاری فرزند، نسبت به حل آن مشکل اقدام خواهند نمود.

۲. والدین دارای مشکل هستند.

در این وضعیت احتمالاً فرزندان برای رفع نیازها و یا خواسته های خود

تلاشی نموده اند؛ لیکن حقوق و نیازهای آنها با حقوق و اختیارات والدین دچار تداخل شده است. لذا وظیفه والدین است که موضوع را مدیریت نموده و با کمک فرزندان راه حلی برای این مشکل پیدا کنند.

۳. والدین و فرزندان هر دو مشکل دارند.

در این وضعیت احتمالاً حقوق و اختیارات دو طرف دچار تداخل شده و بر اثر سوء مدیریت والدین و یا عدم کنترل احساسات توسط فرزندان مشکل جدی وجود دارد؛ در اینصورت فرزندان و والدین نیاز دارند که با یک مشاور صحبت کنند و از راهنماییهای او بهرهمند شوند.

۴. مشکلی وجود ندارد.

در این وضعیت حقوق و نیازهای والد و فرزند برطرف شده و فضای صمیمی بین آنها وجود دارد؛ این صمیمیت نشان دهنده سلامت ارتباط والد و فرزند است و مشکلی وجود ندارد.

والدین گرامی!

در مواقعی که به حل مشکلات تعاملی خود و فرزندان میپردازید، دو نکته مهم را به خاطر داشته باشید:

 در زمان حل مشکلات، نیازها و حقوق هر دو طرف (والد و فرزند) معتبر است و هنگام ارائه راه حل باید این نیازها و حقوق مختلف و متفاوت در نظر گرفته شود.

 این حقیقت که دو طرف نیازها و حقوق متفاوتی دارند به این معنا نیست که یک نفر محق است و دیگری حقی ندارد؛ بلکه به این معنا است که در موضوعات مختلف و مشکلات گوناگون راه حلهای متفاوتی وجود دارد و باید بهترین راه حل را انتخاب نمود.

ص: ۱۳۰

چگونه با کمک گرفتن از گفتوگوی دو طرفه مسائل فرزندان را حل نماییم؟

قبلاً نیز ذکر شد که برای حل مسائل ارتباطی والد و فرزند ابزارهای مختلفی وجود دارد، اما هیچکدام به اندازه گفتو گو کارساز نیست. حال باید دید چگونه میتوان از این ابزار تربیتی بهره جست و با ایجاد تعامل سازنده، زمینه درک از اقتضائات فی مابین را فراهم نمود.

برای یک گفت وگوی سازنده با فرزند، نکات زیر را در همه گفتوگوها، خصوصاً گفت وگوهایی که دارای چالش است رعایت نمایید:

 درباره احساسات و نیازهای فرزند خود صحبت کنید؛ فرزندتان با شنیدن این صحبتها تصویر بهتری از واکنش احتمالی شما خواهد داشت.

 درباره احساسات و نیازهای خودتان صحبت کنید؛ فرزند شما با شنیدن این صحبتها از انتظارات شما مطلع خواهد شد.

 پیوند عاطفی و معقولی بین احساسات خود و فرزندتان ایجاد نمایید.

 تمام راه حلهای ممکن و مطرح شده توسط دو طرف را بدون قضاوت بررسی نمایید.

یک گفت وگوی مثبت و سازنده بین والد و فرزند همیشه دارای صمیمیت است و فرزندان حامی بودن والدین را در کل مدت زمان گفتوگو حس می کنند.

ص: ۱۳۱

در تمام طول مدت یک گفت وگوی سازنده به خاطر داشته باشید، که والدین همیشه مسئول تربیت فرزند خود هستند و باید نسبت به او مراقبت داشته باشند تا او بهترینها را بیاموزد و به کار گیرد. یک گفتوگوی مثبت و سازنده بین والد و فرزند همیشه دارای صمیمیت است و فرزندان حامی بودن والدین را در کل مدت زمان گفت وگو حس میکنند.

 از راه حلهای مشخص و غیر مشخص استفاده کنید و راه حلهایی که مطلوب دو طرف نیست را کنار بگذارید.

 بهترین راه حل یا ترکیبی از راه حل را انتخاب نمایید.

 یک طرح ابتدایی برای اجرا و ارزیابی تهیه نمایید.

 پیامدها و روشهای اجرا و مسئولیت دو طرف را مشخص کنید.

با فرزندانی که در برابر درک متقابل والد و فرزند مقاومت میکنند چه باید کرد؟

اشاره

برای پاسخگویی به این پرسش شاید بهتر باشد این سؤال را اینگونه مطرح نمود که:

 چرا در بعضی از خانوادهها، فرزندان در مقابل درک متقابل مقاوم می شوند؟

 به بیان سادهتر چه عواملی موجب این مقاومت میشود؟

آشنایی، شناخت و تحلیل این عوامل به ما کمک میکند تا بتوانیم از بروز چنین اختلاف درکی جلوگیری نماییم و یا این مشکل را حل کنیم؛ بنابراین به بیان و توضیح این عوامل می پردازیم.

عامل اول؛ خانواده پر تنش

در خانوادهای که گفت وگوهای اعضاء آن صمیمی نبوده و در بیان و انتخاب کلمات و جملات بیمبالاتی صورت میگیرد، معمولاً تنشهایی همیشگی وجود دارد؛ خواه در روابط بین والدین و فرزندان و خواه در روابط بین خود فرزندان. این تنشها ممکن است دلایل گوناگونی داشته باشند؛ اما نهایتاً منجر به عصبانیت و احساس عدم امنیت فرزندان خواهد شد. تنشهای خانوادگی فضای یادگیری، تحصیل و تربیت سازنده را در خانواده از بین برده و موجب اضطراب و استرس دائمی اعضاء خانواده خواهد شد.

این تنش های ویرانگر شاید به ظاهر یک جروبحث ساده به نظر برسند، اما

ص: ۱۳۲

همچون سمی مهلک موجب از بین رفتن آرامش و شادمانی خانواده خواهد شد.

تنشهای خانوادگی فضای یادگیری، تحصیل و تربیت سازنده را در خانواده از بین برده و موجب اضطراب و استرس دائمی اعضاء خانواده خواهد شد.

لذا فرزند ما سعی میکند از خود در مقابل این تنشها محافظت نماید؛ بنابراین یکی از راههای محافظت خود را از این فضای مسموم دوری جستن از بقیه اعضاء خانواده و نزدیک شدن به دوستان میداند، در این شرایط صمیمیت لازم را به مرور با دیگر اعضاء خانواده از دست داده و اطاعت پذیری و الگوپذیری از والدین کمرنگ خواهد شد.

عامل دوم؛ روابط غیر عاطفی والدین با یکدیگر

از دیگر موضوعاتی که موجب مقاومت فرزند در مقابل ارتباط صحیح با والدین میگردد، روابط غیر عاطفی والدین نسبت به یکدیگر است. همه فرزندان به روابط والدین خود بسیار حساس بوده و از حسن روابط آنها انرژی میگیرند و در صورتیکه این روابط دچار تنش شود آنها نیز آرامش خود را از دست خواهند داد.

لذا بعضی از والدین سعی میکنند وجود تنشها را بروز ندهند، اما عملاً روابط دوستانه و صمیمی نیز با هم ندارند؛ فرزند با مشاهده این عدم صمیمیت دچار آشوب فکری شده و تمرکز خود را از دست میدهد. لذا روابط او نیز با والدین دچار مشکل میگردد و طبیعی است که در روابط نامتعارف، درک واقعی نیز وجود نخواهد داشت.

ص: ۱۳۳

والـدینی که دچار طلاق عاطفی شـده و یا بدون دوست داشـتن یکدیگر با هم زندگی میکنند، تصور مینمایند حضور فیزیکی آنها کافی است که بچه ها بدانند پدر و مادر دوسـتشان دارند و کنار یکدیگر زندگی میکنند.

این تصور رفتهرفته جنبه مادی نیز به خود گرفته و صرفاً به رفع نیازهای مادی فرزنـد ختم میشود؛ اگرچه روابط بدون تنش والدین بسـیار بهتر از روابط تنشـزاست، لیکن فرزندان دائم مشـغول رصد نمودن روابط والدین خود هستند.

بنابراین بکوشیم در بعضی مواقع با گفتن این جملات که:

 فعلاً روابط من با مادرت شکرآب شده، اما زود درست میشه!

 فعلاً از دست هم ناراحت هستیم!

 من عاشق مادرت هستم اما فعلاً از دست او عصبانیام!

ذهن فرزنـدان را به سـمتی سوق دهیم که سـکوت والـدین و یا عـدم گفتوگوی آنها را موقتی تلقی نموده تا فشار روحی کمتری را تحمل نمایند. همچنین در حضور فرزندان به همسـر خود محبت کرده و گفتوگوی دوستانه را آغاز نماییم تا آنها نسبت به صمیمیت ما اعتماد کامل داشته و مشاجرات را زودگذر بدانند.

بنـابراین هرچه روابط زوجین صـمیمی و همراه با محبت باشـد، فرزنـد مقاومت کمتری نسبت به والـدین داشـته و اطاعتپـذیری بیشتری را نیز از خود بروز خواهـد داد و هرچه این صـمیمیت کمتر باشـد، او میکوشد با مقاومت در برابر ایجاد رابطه دو سویه تأثیرات کمتری را از سـمت والدین خود بپذیرد. درک متقابل نیز چیزی جز پذیرش شـرایط روحی طرفین و عکسالعمل نسـبت به آن نیست! لذا بکوشیم با همسر خود بهترین رابطه و صمیمت را داشته باشیم.

عامل سوم؛ دوران بلوغ

دوران بلوغ، موقعیتی خاص و با اقتضائات مخصوص به خود همراه است که مسأله استقلال و شناخت "خود"، قسمتی از این اقتضائات است؛ بنابراین فرزند

ما ممکن است در این مرحله قرار گرفته باشد. شناخت خویش و حس استقلال همیشه همراه با استقلال رأی و مقاومت در برابر پذیرش رأی دیگران است.

استقلال به معنای جدایی از دیگران نیست؛ بلکه به معنی پذیرش مسئولیت و انجام آن است.

والدین هوشیار ضمن رعایت این نکته در طول بازه زمانی بلوغ فرزندشان میکوشند با ایجاد رابطه صمیمی همراه با احترام، به فرزند خود بیاموزند استقلال به معنای جدایی از دیگران نیست؛ بلکه بهمعنی پذیرش مسئولیت و انجام آن است، لذا در صورتیکه فرزند در دوره بلوغ قرار دارد این موضوع را از دیگر مؤلفه ها جدا نموده و به صورت یک نقص در رابطه تعریف نکنید؛ البته برای شناخت بهتر دوره بلوغ میتوانید به کتاب بلوغ از همین نویسنده مراجعه نمایید.

عامل چهارم؛ جدایی والدین

از جمله مسائل اساسی در ارتباط والدین و فرزند، حضور و شراکت هر دوی آنها در مسأله تربیت فرزند است؛ حال اگر به هر دلیلی جدایی در این رابطه وجود داشته باشد، فرزند در مقابل ارتباط خود با والدین دچار مشکل شده و بر اساس اصل سهل انگاری و راحتطلبی، معمولاً از پذیرش موضوعات مختلف سر باز میزنند.

خصوصاً اینکه میداند پدر یا مادر به تنهایی قادر به تربیت او نیستند و با نبود هر یک از آنها بسیاری از مسائل بدون پاسخ میماند؛ بنابراین رابطه فرزند با تک سرپرست خود رفته رفته دچار مشکل شده و درک مشترک آنها از بین خواهد رفت.

ضمناً کودکان موضوع طلاق والدین را به معنی دوست نداشتن فرزند نیز

ص: ۱۳۵

تفسیر میکننـد؛ چرا که آنها تصور می کننـد اگر والدین ما را دوست داشـتند از یکدیگر جدا نمی شدند! پس اکنون که از ما جدا شده اند یعنی ما را دوست ندارند! لذا رفتار خود را بر اساس این دوسـت نداشتن تنظیم می نمایند.

عامل پنجم؛ عدم توجه همیشگی به فرزند

گاهی هیچکدام از مسائل مطرح شده قبلی در روابط فرزند با والدین وجود ندارد اما همچنان این روابط ناصـحیح و ناقص است. یکی از عوامل این نقص ارتباطی این است که والدین جز در موارد خاصی به فرزند خود توجه ندارند و فقط در موقعیت هایی که خود دوست دارند و برای آنها اهمیت دارد به فرزند توجه نشان میدهند.

مثلاً در مهمانیها، نوع لباس پوشـیدن و یا نمرات درسـی؛ لذا فرزندان با مشاهده این رفتار دچار عدم صـمیمیت شده و اثرپذیری خود را از والدین کم میکنند. آنها احترام و محبت والدین را همیشگی و در تمام مسائل جست وجو میکنند نه فقط در اموری خاص؛ لذا در صورت عدم توجه همیشگی به فرزند، ما شاهد مقاومت فرزندان در برابر درک متقابل خواهیم بود.

عامل ششم؛ ادبیات گفت وگوی والدین

ارتباط، بستر درک متقابل است؛ در صورتیکه والدین در ارتباط خود با فرزند از ادبیات سخیف یا نامناسب استفاده نمایند، طبیعی است که درک مناسبی نیز پیش نخواهد آمد.

ارتباط، بستر درک متقابل است؛ لیکن ادبیات ارتباط، خود به تنهایی میتواند موضوع درک متقابل را تقویت یا تضعیف نماید. بنابراین در صورتیکه والدین در

ارتباط خود با فرزند از ادبیات سخیف یا نامناسب استفاده نمایند، طبیعی است که درک مناسبی نیز پیش نخواهد آمد.

بدیهی است فرزندان با شنیدن صحبتهای والدین و گفتوگو با آنها به بخشی از موقعیت خانوادگی و جایگاه خود در خانواده پی خواهند برد.

لذا در صورتیکه گفتوگوی انجام شده دارای ادبیات مناسبی نباشد، قطعاً آنها احترام خود را از بین رفته و یا مخدوش میبینند؛ بنابراین فرزندان نیز میکوشند این ارتباط را تضعیف نمایند تا از این ناحیه آسیب روحی کمتری ببینند.

در هنگام گفتوگو با فرزند، حتی در مواقع اعتراض نیز مؤدب بوده و شخصیت او را محترم بشماریم؛ هرچند بهنحوه رفتار یا گفتار او معترض باشیم.

بنابراین شرط عقل است که در هنگام گفتوگو با فرزند، حتی در مواقع اعتراض نیز مؤدب بوده و شخصیت او را محترم بشماریم؛ هرچند بهنحوه رفتار یا گفتار او معترض باشیم باید خویشتنداری پیشه کرده و از ادبیات مناسب استفاده نمود. البته در بسیاری از موارد، عصبانیت و گفتار ناشایست والدین در واقع نشانه مشکلات روحی خود آنهاست و نه ناشی از عملکرد نامطلوب فرزندان.

سعدی علیه رحمه در بوستان می فرماید:

چو نیک در نگری؛ آنکه میکند فریاد

ز دست خوی بد خویشتن به فریاد است

عامل هفتم؛ برخورد فیزیکی

برخورد فیزیکی با فرزندان (تنبیه بدنی) خصوصاً در مورد فرزندان دختر، زیانهای جبران ناپذیر شخصیتی را برای آنها به بار خواهد آورد؛ این زیان ها در

طول سالهای مختلف با شکل های گوناگون جلوه گری خواهد نمود. از جمله اینکه:

در دوره کودکی؛

 تصور خواهد کرد والدین او را دوست ندارند.

 نسبت به والدین احساس امنیت نخواهد داشت.

 به افراد دیگری به جز والدین پناه خواهد برد.

 دوست ندارد در خانه باشد و فضای بیرون را به فضای خانه ترجیح میدهد.

 با هر بگومگویی به شدت مضطرب خواهد شد.

و یا اینکه:

در دوره نوجوانی؛

 به دنبال ایجاد رابطه با جنس مخالف و افراط در رابطه خواهد بود.

 به دنبال ازدواج خواهد بود.

 به دنبال پناهگاهی جز خانواده خواهد بود.

 دچار خودارضایی خواهد شد.

در دوره بزرگسالی نیز؛

 رفتار ناشایستی با فرزند خود خواهد داشت.

 از اعتمادبه نفس کافی برخوردار نخواهد بود.

 از عزت نفس کافی برخوردار نخواهد بود.

در خانوادههایی که تنبیه بدنی رواج دارد، هیچگونه درک متقابلی بین والد و فرزند شکل نخواهد گرفت.

ص: ۱۳۸

مسائل ذکر شده بخش کوچکی از مضرات برخورد فیزیکی با فرزندان است؛ لذا این موضوع به تنهایی قادر است ارتباط صمیمی والدین و فرزند را از بین برده و آن را نابود سازد؛ بنابراین طبیعی است در خانواده هایی که تنبیه بدنی رواج دارد، هیچگونه درک متقابلی بین والد و فرزند شکل نخواهد گرفت.

به انـدک والـدینی که از تنبیه بـدنی بهعنوان ابزار تربیت فرزنـد اسـتفاده مینماینـد توصـیه میکنیم از راهکارهای دیگری برای تربیت فرزند خود اسـتفاده کنند؛ چرا که هیچ پیامبری با تنبیه بدنی قوم خود را راهنمایی و ارشاد ننموده و عقلای هیچ قوم، مذهب، آیین و جامعهای برای تربیت فرزند خود از تنبیه بدنی استفاده نمیکنند.

که بالعکس، بزرگان فرهنگ و ادب و دین همیشه به ما توصـیه نمودهاند که با زبان نرم و صبر فرزندان خود را تربیت نماییم و از تنبیه بدنی او خودداری کنیم؛ به نمونه ذیل که از متن کتاب قابوسنامه(1) نوشته شده است توجه فرمایید:

«و اگر بی ادبی کنـد و تو از وی در خشم شوی، بـدست خویش ویرا مزن، بمعلمـانش بترسـان و ادب کردن ایشـان را فرمـای کردن تـا کینه تو انـدر دل وی نمانـد، اما با وی همیشه صـبور باش تا ترا خوار نگیرد.»(2)

عامل هشتم؛ زیرساخته ای تربیتی فرزند

گاهی اوقات ما با فرزندانی روبهرو میشویم که در مسأله زیرساخت تربیتی آنها مشکلات جدی وجود دارد.

مثلاً حیاء در خانواده کاملاً نادیده گرفته میشود، یا اینکه موضوعات دینی

۱- نوشته عنصرالمعالی کیکاووس بن اسکندر بن قابوس بن وشمگیربن آل زیاد .قرن ۴ هجری.

۲- قابوسنامه.باب بیست وهفتم.

به مسخره گرفته شده و نشانه ای از تحجر تلقی میگردد؛ این موضوعات در طول زندگی فرزند موجب فروریختن باورهای او شده و بر اساس تناقض مشاهده شده بین اجتماع، مدرسه، دیگران و خانواده دچار نوعی پرخاشگری و عدم تطبیق پذیری می شود؛ لذا در این مرحله ممکن است والدین از فرزند خود بخواهند یک رفتار ارزشی را ارائه نماید یا گفتار بهتری داشته باشد.

اما به خاطر عدم وجود زیرساختهای تربیتی فرزند، از این کار سر باز زده و تأثیر مثبتی نخواهد گرفت؛ لذا به والدین عزیز توصیه میکنیم با دست خود تربیت فرزند را دچار معضلات یا مشکلات اساسی نسازید و به نحوی با فرزند خود تعامل داشته باشید تا او شما را افرادی معتقد و مسئول بداند. ترویج بی بندوباری و عدم توجه به این موضوع نه تنها فرزند را نسبت به والدین بدبین میسازد، بلکه در آینده دور و نزدیک موجب بروز مشکلاتی نیز خواهد شد؛ چرا که تمامی تعاملات او با جامعه و اطرافیان را تحت تأثیر قرار داده و او را انسانی بیشرم و غیر قابل اعتماد جلوه خواهد داد.

بنابراین رعایت موازین شرعی، ارزش دانستن حیاء، احترام به بزرگان و تکریم شعائر دینی در محیط خانواده، میتواند موجب سلامت روح فرزند و زمینهساز پذیرش مسائل تربیتی از سوی او گردد.

عامل نهم؛ تطبیق درک با جنسیت و سن فرزند

در بسیاری از مواقع مقاومت فرزند در برابر درک متقابل، زاییده تصور نادرست والدین از فرزند است؛ چرا که درک کردن هر موضوعی رابطه مستقیمی با شرایط فعلی شخص دارد و فرزند ما نیز از این قاعده مستثنی نیست! لذا در صورتیکه شرایط درک موضوعی را نداشته باشد نمیتواند آن را درک نماید، از جمله داشتن شرایط هر چیزی مسأله سن و جنسیت است.

جنسیت فرزندان بسته به دختر یا پسر بودن متفاوت است و سن آنها معمولاً یکسان

ص: ۱۴۰

نیست، لذا نباید درک مشترکی نیز از موضوعات داشته باشند. مثلاً درک فرزند پسر پنج ساله از بیماری مادر با درک فرزند دختر پانزده ساله از بیماری مادر بسیار متفاوت است؛ چرا که هر کدام از آنها از احساسات مختلفی برخوردار بوده و در جنسیت و سن نیز متفاوت هستند؛ بنابراین والدین گرامی توجه نمایند که انتظار نامعقول از فرزند خود نداشته باشند. یا اینکه بارها دیدهایم فرزندان خردسال درکی از بیپولی والدین ندارند! لذا عکس العمل آنها نیز در مقابل جمله "فعلاً پول ندارم!" عکسالعمل ظاهراً جالبی نیست!

درک کردن هر موضوعی رابطه مستقیمی با شرایط فعلی شخص دارد

والدین عزیز!

 این ما هستیم که برای درک کودک باید همراه فرزندان خود کودک شویم!

 این ما هستیم که باید به دنیای آنها ورود کرده و با آنها همراه شویم!

 این ما هستیم که باید آنها را در آغوش بگیریم و مراقب آنها باشیم!

 ما همیشه والدین و آنها همیشه فرزندان ما هستند!

نباید توقع داشته باشیم فرزندان به اندازه ما بدانند و به اندازه توان ما نیز توانمند باشند؛ آنها هنوز فرصتهای زیادی دارند تا اشتباه کنند و بیاموزند! این ما هستیم که اجازه نداریم خطایی انجام دهیم؛ بنابراین در خصوص فراگیری درک فرزند به خودمان باید سخت بگیریم نه به فرزندمان.

ص: ۱۴۱

نباید توقع داشته باشیم فرزندان به اندازه ما بدانند و به اندازه توان ما نیز توانمند باشند؛ بنابراین در خصوص فراگیری درک فرزند به خودمان باید سخت بگیریم نه به فرزندمان.

مشاهده و یادگیری درک

والدین عزیز!

در وادی تربیت کودک و نوجوان، درک فرزندان دارای اهمیت خاص و ویژهای است؛ لذا در این مکتوب کوشیده ایم به قدر توان به آن بپردازیم و آنچه را که آموخته بودیم و میدانیم، در طبق اخلاص قرار دهیم؛ لیکن شایسته است که به یک سؤال متداول نیز پاسخ دهیم.

سؤال؟

درک کردن را چگونه به فرزندان خود آموزش دهیم؟

حال که موضوع درک کردن دارای چنین اهمیت و جایگاه مهمی است،

آن را چگونه به فرزندان خود بیاموزیم؟!

برای آموزش موضوع درک به فرزندان، هیچ راهی بهتر از مشاهده نیست!

چرا که آنها نیز (دختر و پسر) به زودی به والدین دیگری تبدیل خواهند شد؛ آنها هم به این مطالب احتیاج خواهند داشت و با دانستن این مسأله مهم، در تربیت فرزندان خود موفقیت بیشتری را کسب خواهند کرد. در پاسخ به این سؤال باید گفت، برای آموزش موضوع درک به فرزندان، هیچ راهی بهتر از مشاهده نیست!

ص: ۱۴۲

فرزنـدان ما در محیط خانواده زنـدگی میکننـد و ارتباطات درون خانوادگی را مشاهـده میکننـد؛ آنها با این مشاهـدات میآموزند و آموخته خود را به مرحله اجرا میگذارند؛ لذا آنچه را که امروز میآموزند، رفتار فردای آنها را تشکیل خواهد داد.

اگر فرزنـدان در ارتباط فی مابین مادر و پـدر درک کردن را مشاهـده نمودنـد، آنها نیز درک را میآموزند و از آن اسـتفاده میکنند. به گمانم باید بیشتر اندیشـید و در روابط با همسـر دقت بیشتری داشت؛ فرزندی که میبیند پدر او شرایط مادر را درک کرده و موقعیت او را بهدرستی تشخیص میدهد، او نیز میآموزد چگونه در آینده همسر خود را درک نماید.

فرزندی که میبیند مادر خانواده در تمام خوشی و ناخوشیهای زندگی همواره کنار پدر ایستاده است و شرایط مساعد و نامساعد او را درک میکند، در آینده او نیز از مشاهدات خود استفاده می نماید.

همه ما انتظار داریم فرزنـدان والـدین خود را درک کننـد؛ فرزندان نیز همین انتظار را از ما دارند. اما هر دو متوقع هستیم لااقل در مواقع بحران و سـختی شـرایط روحی یکدیگر را بیشتر درک نماییم و این مواقع بحرانی، سختی و مشکلات در زندگی کم نیستند. بهراستی زمانی که در فشار مشکلات زندگی قرار میگیریم؛

از درون ما چه چیزی فوران میکند؟!

 خشم؟!

 غم؟!

 غصه؟!

 یا تنفر؟!

آیـا در یـک زنـدگی خانوادگی، در برابر مشـکلات بایـد صـبور بود یا بـدون اینکه شـرایط را درک نماییم، فقط انتظارات و توقعات خودمان را بیان کنیم و هر احساس و هیجانی که داریم، از درون خود بیرون بریزیم؟!

ص: ۱۴۳

والدین عزیز!

فرزندان ما گوش نمیدهند تا یاد بگیرند، بلکه می بینند و یاد می گیرند؛ حال باید توجه کرد:

آنها چه می بینند؟!

 نحوه گفتار ما را با همسرمان چگونه می بینند؟

 نحوه رفتار ما را با همسرمان چگونه می بینند؟

فرزندان ما گوش نمیدهند تا یاد بگیرند، بلکه می بینند و یاد می گیرند.

ابراز احساسات و هیجانات توسط هر یک از والدین در مواقعی که طرف مقابل انتظار درک شرایط خود را دارد، از حساسترین مواقع در فضای تعامل خانواده است. این موقعیتها و نحوه رفتار اعضاء خانواده خصوصاً زوج یا زوجه در ذهن ماندگار خواهد بود و فراموش نمیشود؛ نحوه برخورد ما در این شرایط همچون تکلیف مدرسه است برای کودکان. آنها رفتار ما را بهعنوان تکلیف و سرمشق از ما میآموزند تا در آینده احساس بلاتکلیفی نکنند!

ابراز احساسات و هیجانات توسط هر یک از والدین در مواقعی که طرف مقابل انتظار درک شرایط خود را دارد، از حساسترین مواقع در فضای تعامل خانواده است؛ چرا که فرزندان رفتار ما را به عنوان تکلیف و سرمشق از ما می آموزند.

آنها می بینند و می آموزند که:

 تکلیف پدر در مقابل مادر حامی بودن و پشتوانه بودن است.

ص: ۱۴۴

- تکلیف پدر در مقابل مادر تأمین آسایش و رعایت احترام است.
- تکلیف پدر در مقابل مادر دوست داشتن و محبت است.
- تکلیف پدر در مقابل مادر عدم محول کردن کارهای فارغ از توان است.
- تکلیف پدر در مقابل مادر تشکر و سپاسگزاری است.

آنها می بینند و میآموزند که تکلیف پدر محافظت و مراقبت از تکتک اعضاء خانواده است. آنها میبینند، میآموزند و درک میکنند.

فرزندان میبینند و می آموزند که:

- تکلیف مادر در مقابل پدر محافظت از آبرو و شخصیت اوست.
- تکلیف مادر در مقابل پدر سازگاری با شرایط اقتصادی و اجتماعی اوست.
- تکلیف مادر در مقابل پدر، پذیرش مراقبت و محافظت او بر اعضاء خانواده است.
- تکلیف مادر در مقابل پدر حفظ اسرار و مسائل خصوصی خانواده است.
- تکلیف مادر در مقابل پدر هماهنگی با گفتار و رفتار اوست.

اینها تکالیفی است که فرزندان از والدین میآموزند تا در آینده تکلیف خود را بدانند و انجام دهند.

اگر فرزندان ما وظیفه و تکلیف خود را در آینده ندانند، مانند پرندهای هستند که به آینده پرتاب شدهاند، نه اینکه والدین آنها را بهسمت آینده پرواز داده باشند.

و اگر فرزندان ما وظیفه و تکلیف خود را در آینده ندانند، مانند پرندهای هستند که به آینده پرتاب شدهاند، نه اینکه والدین آنها را به سمت آینده پرواز داده باشند؛ و بین پرتاب شدن و پرواز داده شدن فرق بسیار است.

لذا توجه و دقت داشته باشید به آنچه که آنها از ما می بینند و یاد می گیرند،

ص: ۱۴۵

که اگر تا به حال به هر دلیلی نتوانسته ایم مشاهدات خوبی را برای آنها فراهم نماییم، باید تعاملات خود را با همسر و دیگر اعضاء خانواده تغییر داده و بهبود بخشیم، باید تغییر کنیم تا آینده فرزندان خود را نیز تغییر دهیم، نباید از تغییر گفتار و رفتار ترسید.

- اگر تغییر نکنیم تلخ میشویم!
- اگر تغییر نکنیم شور میشویم!
- اگر تغییر نکنیم میسوزیم و میسوزانیم!

همه ما انسانها نیازمند به تغییر و بهبود بخشیدن به وضعیت گفتار و رفتار خویش هستیم و این تغییر مثبت نشانه رشد و متعالی شدن شخصیت ماست؛ لذا فرزندان نیز از ما الگو گرفته و با موضوع تغییر و رشد شخصیتی آشنا شده و نسبت به آن احساس نیاز خواهند کرد.

ص: ۱۴۶

سخن پایانی

کلام آخر اینکه:

درک فی مابین والدین و فرزندان، حاصل ارتباط صـمیمی و تعامل مثبت است؛ لذا ما والدین هرچه ارتباط خود را با فرزندانمان واقعیتر و صمیمیتر نماییم و هرچه تعاملات بیشتری با آنها داشته باشیم، قطعاً درک بهتری نیز از یکدیگر خواهیم داشت.

درک فی مابین والدین و فرزندان، حاصل ارتباط صمیمی و تعامل مثبت است.

بنابراین با توجه به مسئولیت والدین در خصوص فرزندان، مسئولیت زمینهسازی و فراهم نمودن شرایط ارتباط صحیح، تعامل سازنده و درک مشترک نیز بهعهده والدین است.

البته طبیعی است که فراهم نمودن چنین شـرایطی، نیازمنـد آگـاهی و دانش والـدین در این خصوص است؛ بنابراین والـدین عزیز با بهکارگیری مطالب و موضوعات مطرح شـده در این کتاب و همچنین با صبر، خوشاخلاقی و مشورت با متخصصین امر، میتوانند در انجام مسئولیت تربیت صحیح فرزندان موفق باشند. ان شاء الله.

ص: ۱۴۷

منبع

- احمدی، محمدرضا(۱۳۸۵)، مبانی روانشناختی ارتباط مؤثر والدین با فرزندان در محیط خانواده، ماهنامه علمی-ترویجی معرفت، شماره ۱۰۴.

ص: ۱۴۸

درباره مرکز

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند ؟

سوره زمر/ ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ.ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفا علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب « مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱.بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)

۲.تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی

۳.جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه ، تبلت ها، رایانه ها و ...

۴.سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو

۵.گسترش فرهنگ عمومی مطالعه

۶.زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱.عمل بر مبنای مجوز های قانونی

۲.ارتباط با مراکز هم سو

۳.پرهیز از موازی کاری

۴.صرفا ارائه محتوای علمی

۵.ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱.چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲.برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳.تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴.تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵.ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶.تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷.راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸.طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹.برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰.برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

۱.JAVA

۲.ANDROID

۳.EPUB

۴.CHM

۵.PDF

۶.HTML

۷.CHM

GHB.۸

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

ANDROID.۱

IOS.۲

WINDOWS PHONE.۳

WINDOWS.۴

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

درپایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان -خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی -پلاک ۱۲۹/۳۴- طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۸۸۳۱۸۷۲۲ ـ ۰۲۱

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹